N. 3/2020

PASQUA
presto... che è tardi!

Uova di cioccolato da farcire

Brunch di Pasquetta

Prove generali di menu: lasagne ricche, pani di festa, pastiere dolci e salate, colomba superveloce

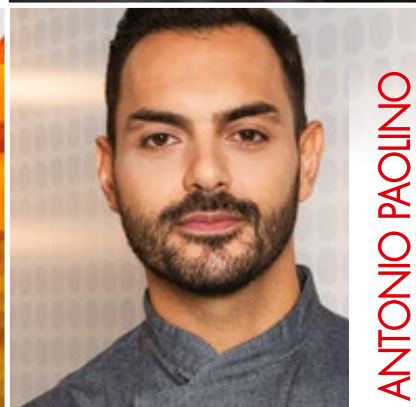
W i carciofi!

all'interno, il maxi inserto staccabile

FACILE ISSIMA CUCINA
Crostate golose

Lasagna verde al ragù di salsiccia con funghi e ricotta salata

MENSILE - ANNO IV

POSTE ITALIANE S.P.A. SPEDIZIONE IN ABBONAMENTO POSTALE AUT. N° MBPA/C/RM /45/2018 - STAMPE PERIODICHE IN REGIME LIBERO
BE 5,50 € - PTE CONT 5,00 € - E 5,00 € - CH 6,50 CHF - CH CT 6,00 CHF

Editoriale

È tutto un magna-magna

…"e non in senso metaforico": l'irresistibile definizione di una collega-amica alle prese con le nostre kermesse gastronomiche, cartacee e non, sembra descrivere alla lettera il ricettario che dà il via alle **prove generali del menu di Pasqua**, delle idee più stuzzicanti e appetitose per il **brunch di Pasquetta**, ma anche delle **ricette del quotidiano** e delle **occasioni speciali**. Prime in tutti i sensi, le lasagne: un piatto di tradizione super gustoso e versatile, ricco ma che può essere fatto anche con ingredienti poveri, non può mancare nei menu di festa. È facile da rinnovare con abbinamenti infiniti e… si cuoce praticamente da solo! Le **lasagne**, infatti, si possono preparare comodamente anche il giorno prima (e tenere in frigo, oppure addirittura cuocere in anticipo, per poi scaldarle poco prima di portarle in tavola), ma queste che vi proponiamo – sfoglia verde agli spinaci condita con ragù di salsiccia, funghi gratinati, fiordilatte, besciamella e ricotta salata – devono essere sfornate espresse e servite rigorosamente filanti. Shabby-chic e molto appetitosa la **torta salata** di sfoglia, scarola, cipollotti e pecorino per la scampagnata del Lunedì dell'Angelo (tempo permettendo!), ma anche per i prossimi brunch di primavera, così come l'immancabile **pastiera**, **nelle versioni dolci e salate**. Gustosi i secondi creativi e di tradizione – dal **polpettone di pollo** farcito con frittatina e zucchine, alle **costolette** di agnello panate, fino alla trilogia di **mini-medaglioni** super cool. Deliziosi i **pani di festa** per allietare la Pasqua di grandi e piccini. Tripudio di **dolci**, **tipici e regionali**, ma anche più innovativi: i "pupi" pasquali siciliani, le colombine superfacili, le uova di cioccolato tutte da farcire, i ravioli con la ricotta o le raffinate tortine al limone e mandorle. Da non perdere, però, le **ricette salvaspesa** con gli **ingredienti di stagione**, come i **carciofi**, proposti a tutto pasto in tante ghiotte varianti, oppure le **uova sode** declinate in un invitante poker fantasia. All'interno, **facil-ISSIMA**, il maxi inserto dal titolo "**Crostate golose**", con le variazioni su tema di uno dei grandi classici (rivisitati) della pasticceria casalinga. Far festa in cucina non è mai stato più "FACILE" di così!

La Redazione

Foto S. Scicchitano

FACILE CUCINA sommario

MARCOPOLO

È in edicola il numero di marzo di **Diari di Viaggio by Marcopolo**, la rivista di viaggi e lifestyle aggiornata e completa. In questa uscita, **All'aperto tutto l'anno**: dalle ville lucchesi al parmense, dalle masserie siciliane ai castelli friuliani, tanti agriturismi e dimore nel verde, vicini ad alcuni dei posti più affascinanti della Penisola, per soggiorni di charme nel verde. Un itinerario a **Bologna**, ricca di novità e nuove aperture, luoghi d'arte e indirizzi golosi. **San Francisco** e **Lisbona**: un unico viaggio per due affascinanti città, tra affinità e differenze. **Piste in treno**: le località montane da non perdere e raggiungibili comodamente su rotaie. **Lasagne**: da quelle classiche a quelle più fantasiose, ecco dove mangiare le più buone in Italia. Con centinaia di indirizzi selezionati, informazioni pratiche, cartine e tante splendide fotografie.

IN EDICOLA

Una veduta aerea di **Bologna**

96

100

104

LE RUBRICHE

VISTI SU ALICE TV

Occhio al prezzo!

Il prezzo si intende a persona

Il costo si riferisce all'intera ricetta

Il prezzo si intende a singolo pezzo (mignon o finger)

ALMA MEDIA S.p.A.
PRESIDENTE
Federico Prandi
AMMINISTRATORE DELEGATO
Andrea Baracco
Sede: Via Tenuta del Cavaliere 1
00012 Guidonia Montecelio (RM)
tel. +39 06 89676007 fax +39 06 89676000
alma.direzione@almamail.tv

FACILE CUCINA

DIREZIONE EDITORIALE
Corrado Azzolini • *corrado.azzolini@almamail.it*
DIRETTORE RESPONSABILE
Ad interim - pro tempore Direzione Editoriale
VICE DIRETTORE
Giulia Macrì • *giulia.macri@almamail.it*
REDAZIONE TESTI
Cristina Bianconi
SEGRETERIA DI REDAZIONE
Marta Koral • *marta.koral@almamail.it*
alma.desk.food@almamail.tv
GRAFICA
Simona Ferri
RICETTE
M. Bacherini, M. Bianchessi, R.Caucci,
M. E. Curzio, A. Fiorini, P. Forlin, V. Gigli, C. Lunardini,
A. Pecorelli, L. Perego, M. Piccheri, V. Perin,
G. Steffanina, E. Trotta, S. Zecca
FOTO
E. Andreini, A. Aravini, M. Avalos Flores, C. Bellasio,
F. Brambilla, R. Caucci, E. De Santis, T. Mattiello,
G. Nofrini, A. Pecorelli, L. Perego, M. Ravasini, V. Repetto,
S. Serrani, M. Sjöberg, E. Trotta, S. Zecca
FOTO COVER
Raffaella Caucci
PUBBLICITÀ
DIREZIONE COMMERCIALE
Sede Milano: Via Bisceglie 76
20152 Milano - tel. 02.124120788
Sede Roma: Via Tenuta del Cavaliere 1
00012 Guidonia Montecelio (RM) - tel. 06.89676003
alma.pubblicita@almamail.tv
STAMPA: MEDIAGRAF S.p.A.
Viale della Navigazione Interna, 89
35027 Noventa Padovana (Pd)

DISTRIBUZIONE ITALIA: M-DIS Distribuzione
Media S.p.A. - Via C. Cazzaniga, 19 - 20132 Milano
tel. +39 02.25.821
DISTRIBUZIONE INTERNAZIONALE: JOHNSONS
INTERNATIONAL NEWS ITALIA S.p.A
Via Valparaiso, 4 - 20144 Milano tel. +39
02.43.98.22.63 - fax +39 02.43.91.64.30
Numero 3 - Anno IV - 2020
Periodicità mensile
Reg. Trib. Tivoli N° 14/2017 dell'8 novembre 2017

ISSN 2532-8263
Facile Cucina
FINITO DI STAMPARE FEBBRAIO 2020
SCRIVERE A: FACILE CUCINA
Centro Direzionale CAR - Edificio A - 1° piano
Via Tenuta del Cavaliere 1 - 00012 Guidonia
Montecelio (RM)
alma.desk.food@almamail.tv
SERVIZIO ARRETRATI E ABBONAMENTI
Informazioni: tel. +39 039 99.91.541
fax +39 039.99.91.551
Orari: 9-13 / 14-18 dal lunedì al venerdì
abbonamenti@ieoinf.it

Prove generali

Dall'antipasto al dolce, ecco una selezione di ricette da sperimentare in anticipo (e testare!) per il pranzo di Pasqua

10 idee per il menu di Pasqua

Involtini fritti ▲ di borragine e pancetta

Ingredienti per 4 persone
500 g di foglie di **borragine**
30 g di **scalogno** • 30 g di **acciughe**
30 g di **pecorino** • 20 fette sottili di **pancetta** • **olio di semi di arachide**
olio extravergine di oliva • **sale e pepe**
Per la pastella: 100 g di **farina**
80 ml di **vino bianco** • 1 **limone**
1 **albume** • **sale**

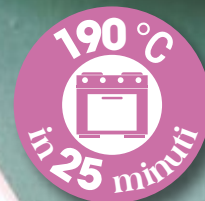
Preparazione
• **Fate rosolare** in una padella lo scalogno tritato con le acciughe e un filo di olio. • **Sbollentate** le foglie di borragine, fatte a listerelle, in acqua salata. Scolatele e unitele in padella con lo scalogno. Fate insaporire, regolate di sale e di pepe, e spegnete. Unite il pecorino grattugiato e fate raffreddare. • **Sistemate** le fette di pancetta su un tagliere, distribuite sopra un pochino di composto e arrotolate fino a ottenere degli involtini. Trasferite in frigo e fate riposare. • **Per la pastella**: mescolate in una ciotola la farina con il vino, un pizzico di sale e la scorza di limone grattugiata; quindi incorporate l'albume montato a neve. • **Aiutandovi** con degli stecchini, passate gli involtini nella pastella e poi friggeteli in olio di semi ben caldo. • **Scolateli** e fateli asciugare su carta assorbente da cucina. • **Conditeli** con un pizzico di sale e serviteli ben caldi.

Minipasqualine asparagi e salmone

Ingredienti per 4-6 persone
450 g di **pasta brisée**
400 g di **asparagi già lessati**
300 g di **ricotta**
180 g di **salmone affumicato**
2 **uova**
40 g di **parmigiano grattugiato**
burro • **sale e pepe**

Preparazione
• **Imburrate** degli stampini monouso in alluminio. Trascorso il tempo di riposo, stendete la pasta brisée e foderate gli stampini, lasciandola debordare per bene.
• **Trasferite** la ricotta in una ciotola e unite gli asparagi, tagliati a rondelle, il salmone affumicato, a dadini, il parmigiano e 1 uovo. Regolate di sale e di pepe, e mescolate per bene. • **Distribuite** il ripieno negli stampini, livellate e coprite con la pasta debordante. • **Spennellate** con l'uovo restante e infornate a 190 °C per circa 25 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e fate raffreddare, quindi sformate nei piatti da portata e servite.

Antipasto chic

0,90€ a porzione

Lasagna verde al ragù di salsiccia con funghi al gratin e ricotta salata

Foto, ricetta e step R. Caucci

Lasagna verde al ragù di salsiccia con funghi al gratin e ricotta salata

Ingredienti per 4 persone
300 g di **lasagne fresche agli spinaci**
800 g di **pomodori pelati**
500 g di **funghi freschi misti già puliti**
450 g di **salsiccia di prosciutto**
400 g di **fiordilatte**
600 ml di **besciamella** • 1 **carota**
1 **cipollotto** • 1 ciuffo di **prezzemolo**
1 spicchio di **aglio**
1/2 bicchiere di **vino bianco**
ricotta salata • **pangrattato**
semi di finocchio
olio extravergine di oliva • **sale e pepe**

Preparazione
• **Per il ragù di salsiccia**: scaldate un filo di olio in una padella e preparate un soffritto con il cipollotto e la carota, tritati.
• **Aggiungete** la salsiccia, spellata e sgranata, e lasciate rosolare su fiamma vivace. Profumate con una manciata generosa di semi di finocchio, bagnate con vino bianco e lasciate sfumare. Unite quindi i pelati, schiacciati con un cucchiaio di legno, e regolate di sale. • **Incoperchiate** e fate cuocere per circa 1 ora e mezza su fiamma dolce, mescolando di tanto in tanto. • **Preparate** i funghi gratinati. Tagliate i funghi a cubetti grossolani e distribuiteli in una teglia foderata con carta forno. Salate, pepate, profumate con il prezzemolo e l'aglio, tritati finemente, e cospargete i funghi con il pangrattato.
• **Condite** con un filo generoso di olio e infornate a 200 °C per circa 20 minuti. A cottura ultimata, sfornate e tenete da parte. • **Tagliate** il fiordilatte a listerelle e lasciatelo scolare per bene. Velate una pirofila rettangolare con uno strato di besciamella.
• **Disponete** uno strato di lasagne, tagliate a misura con l'aiuto delle forbici. Condite con il ragù alla salsiccia e cospargete con abbondante ricotta salata. • **Proseguite** quindi con uno strato di besciamella, uno di funghi gratinati e uno di fiordilatte. Disponete un altro strato di lasagne e ripetete la sequenza fino a esaurire gli ingredienti, terminando con il ragù, un po' di funghi, il fiordilatte e la besciamella. • **Infornate** in forno statico a 190 °C e fate cuocere per circa 25 minuti o fino a doratura. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate riposare per circa 15 minuti. Portate in tavola e servite.

Gratinate i funghi

Scolate il fiordilatte

Assemblate la lasagna

Cosa vi serve?

BARILLA EMILIANE
Lasagne verdi all'uovo. **€2,32**.

PETTINICCHIO
Fiordilatte. 200 g. **€2,59**.

CIRIO
Polpa finissima di pomodoro. 500 g. **€0,90**.

PARMALAT
Besciamella Chef. 500 ml. **€1,70**.

Torta di paccheri ai carciofi croccanti

Ingredienti per 6 persone
400 g di **paccheri** • 6 **carciofi**
1 spicchio di **aglio** • 1 cucchiaio di **prezzemolo tritato** • 500 g di **ricotta**
100 g di **mascarpone**
150 g di **guanciale**
100 g di **parmigiano grattugiato**
olio extravergine di oliva • **sale**
Per la besciamella: 1/2 l di **latte**
40 g di **burro** • 30 g di **farina**
noce moscata • **sale e pepe**

Preparazione
• **Lessate** i paccheri in acqua bollente e leggermente salata, quindi scolateli al dente e stendeteli su un ripiano freddo per farli raffreddare. • **Pulite** i carciofi e tagliateli a spicchi. • **Fate rosolare** l'aglio in una padella con un filo di olio; unite i carciofi, profumate con il prezzemolo e fate trifolare per una decina di minuti. Regolate di sale, spegnete e lasciate raffreddare. • **Tagliate** il guanciale a dadini e fateli cuocere in una padella antiaderente finché non saranno ben croccanti. • **Lavorate** in una ciotola la ricotta con il mascarpone, il parmigiano, i carciofi e il guanciale croccante. • **Farcite** i paccheri con il ripieno ottenuto e poi sistemateli in piedi in una tortiera ad anello, foderata sul fondo con un foglio di carta forno. • **Preparate** una besciamella semiliquida: raccogliete il latte in un pentolino e fatelo scaldare per bene. • **Fate sciogliere** il burro in una casseruola, unite la farina e fate tostare, mescolando in continuazione; versate a filo il latte bollente e fate cuocere fino a leggero addensamento. Regolate di sale e di pepe, e unite un pizzico di noce moscata. • **Cospargete** i paccheri con la besciamella e infornate a 190 °C per 20 minuti, fino a ottenere una crosticina dorata. Sfornate e servite.

Tacchinella ripiena alla vignarola

Ingredienti per 8 persone
1 **tacchinella già disossata** da circa 2 kg • 4 **carciofi**
100 g di **fave già lessate**
100 g di **piselli** • 1 **cipollotto fresco**
1 cespo di **lattuga romana**
100 g di **guanciale**
150 g di **parmigiano**
150 g di **pecorino**
100 g di **pangrattato** • 2 **uova**
1 mazzetto di **erbe aromatiche**
vino bianco • **olio extravergine di oliva** • **sale e pepe**

Preparazione
• **Aprite** la tacchinella e conditela con un pizzico di sale e uno di pepe. Pulite i carciofi, eliminate le foglie esterne più dure e tagliateli a julienne. • **Pulite** e tritate finemente il cipollotto. Lavate la lattuga e tagliatela a julienne grande. Sbollentate i piselli in acqua bollente, scolateli al dente e fateli raffreddare. Tagliate il guanciale a dadini e fateli rosolare in una padella insieme al cipollotto e ai carciofi. • **Unite** le fave, i piselli scottati e la lattuga, e lasciate insaporire a fuoco vivace. Spegnete e tenete da parte. A parte fate scottare il pangrattato con qualche goccia del fondo di cottura delle verdure.
• **Raccogliete** le verdure in una ciotola, unite il pangrattato tostato, i formaggi grattugiati e le uova, e amalgamate fino a ottenere un composto omogeneo.
• **Farcite** la tacchinella con il composto, arrotolatela e legatela con spago da cucina. • **Trasferitela** in una teglia, condite con un filo di olio e un pizzico di sale e di pepe, e aggiungete il mazzetto di erbe aromatiche.
• **Infornate** a 180 °C e fate cuocere per circa 2 ore e 1/2, bagnando spesso con un goccio di vino.
• **Sfornate** e lasciate intiepidire, quindi tagliate a fette e servite.

1,60€ a porzione

Lo sapevate che?
La vignarola, usata in questa ricetta per farcire la carne, è un classico contorno della tradizione romana.

Arrosto farcito

Antipasto o contorno

Purè di patate ▲ e zucchine filante con fiori di zucca croccanti

Ingredienti per 4 persone
400 g di **patate già lessate**
200 g di **zucchine** • 150 ml di **latte**
80 g di **provola a cubetti** • 8 **fiori di zucca già puliti** • 4 foglie di **basilico** • **burro**
olio di semi di arachide • **olio extravergine di oliva** • **sale**

Preparazione
• **Tagliate** le zucchine a cubetti e fateli saltare in padella con 1 cucchiaio di olio. Una volta cotti, unite 4 fiori di zucca, tagliati a pezzetti, e il basilico sminuzzato. Regolate di sale. • **Raccogliete** il tutto in un mixer e frullate fino a ottenere una purea omogenea. Passate le patate a uno schiacciapatate e raccogliete il passato in una casseruola. • **Unite** la purea di zucchine a quella di patate. Aggiungete 20 g di burro e un pizzico di sale, e lavorate con una frusta. • **Versate** a filo il latte bollente e amalgamate. Ricavate tante palline con un porzionatore da gelato. Infilate un cubetto di provola al centro e trasferite le palline su una teglia, foderata con carta forno. • **Spennellatele** con burro fuso e fatele gratinare in forno a 200 °C. Levate e tenete da parte. Friggete i fiori di zucca restanti in olio di semi ben caldo. • **Disponete** tre palline di purè in ciascun piatto da portata, guarnite con i fiori di zucca e servite.

Brasato di manzo con pecorino stagionato

Ingredienti per 4 persone
800 g di **cappello del prete di manzo** • 1 costa di **sedano**
1 **carota** • 1 **cipolla**
2 bicchieri di **vino bianco**
pecorino stravecchio
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione
• **Pulite** gli odori e tagliateli a dadini. Fateli appassire in un tegame capiente con un generoso filo di olio; versate 1 bicchiere di acqua e lasciate stufare per 5 minuti.
• **Disponete** il cappello del prete e fatelo rosolare su tutti i lati, quindi sfumate con 1 bicchiere di vino, salate, incoperchiate e lasciate cuocere per circa 1 ora. • **Bagnate** quindi con Il vino restante e proseguite la cottura per altri 45 minuti. Trascorso il tempo di cottura, spegnete e lasciate riposare per una decina di minuti. • **Tagliate** la carne a fette di circa 1/2 cm di spessore e cospargetele con qualche scaglia di pecorino. Accompagnate con i carciofi e servite.

Accompagnate con...

Carciofi fritti alla mentuccia

Ingredienti per 4 persone
4 **carciofi**
2 spicchi di **aglio**
1 **limone** • **olio extravergine di oliva**
1 ciuffo di **mentuccia**
olio di semi di girasole
sale

Preparazione

• **Pulite** i carciofi: eliminate le foglie esterne più coriacee. Con un coltello ben affilato, tornite il carciofo, ruotandolo man mano e tagliando così le parti più dure delle foglie, procedendo dall'interno all'esterno. Al termine, dovrete ottenere una sorta di rosa. Man mano che procedete, trasferiteli in acqua acidulata con succo di limone, per evitare che anneriscano, fino al momento della cottura. • **Scolate** i carciofi e sistemateli a testa in giù in una pentola dai bordi alti; aggiungete un filo di olio, un pizzico di sale, gli spicchi di aglio in camicia e la mentuccia, e mettete sul fuoco. • **Coprite** con la carta del pane e un coperchio, e lasciate cuocere per una ventina di minuti. • Trascorso il tempo di cottura, prendete delicatamente i carciofi dal gambo e **passateli in acqua e ghiaccio**. • **Friggeteli** in abbondante olio di semi ben caldo. Quando saranno ben dorati, scolateli e fateli asciugare su carta assorbente da cucina.

Lo sapevate che?

Coprire i carciofi con la carta del pane, o con un canovaccio, durante la cottura, consente di mantenere il giusto grado di umidità dei carciofi.

Dulcis in fundo

Millefoglie ai tre cioccolati

Ingredienti per 4-6 persone
150 g di **cioccolato al latte**
150 g di **cioccolato bianco**
150 g di **cioccolato fondente**
500 g di **crema pasticciera**
6 g di **gelatina in fogli**
1/2 l di **panna fresca**
600 g di **fragole** • **zucchero a velo**

Preparazione
• **Fate sciogliere** separatamente i 3 cioccolati. Versateli su altrettanti fogli di carta forno e stendeteli fino a ottenere delle sfoglie spesse circa 2-3 mm. • **Lasciate rapprendere** e, mentre il cioccolato è ancora tenero, ritagliate dei rettangoli da 3x8 cm; quindi fate solidificare completamente.
• **Scaldate** la crema pasticciera al microonde e incorporate la gelatina, già ammollata e ben strizzata.
• **Montate** la panna e aggiungetela delicatamente alla crema pasticciera fredda. Raccogliete la crema in un sac à poche con bocchetta rigata.
• **Per il montaggio**: alternate gli strati dei 3 cioccolati con spuntoncini di crema e fettine di fragole. • **Trasferite** in frigo e fate raffreddare per bene. Al momento di servire, decorate con altre fragole, tagliate a dadini, e una spolverizzata di zucchero a velo.

1,30€ a porzione

Diplomatico ▲ alla ricotta e cioccolato

Ingredienti per 4 persone
200 g di **pasta sfoglia** • 50 g di **granella di nocciole** • 200 g di **pan di Spagna**
100 ml di **liquore tipo Strega**
400 g di **ricotta infornata morbida**
50 ml di **latte** • 6 g di **gelatina già ammollata** • 2 bustine di **zafferano**
50 g di **gocce di cioccolato** • **cioccolato fondente** • **sciroppo di zucchero**

Preparazione
• **Stendete** la sfoglia in una teglia con carta forno. Bucherellatela con una forchetta e infornate a 175 °C per 10 minuti, quindi abbassate a 150 °C e fate cuocere fino a doratura. • **Sfornate**, spennellate con uno sciroppo bollente preparato con 250 ml di acqua e 110 g di zucchero, e cospargete con la granella di nocciole. Fate raffreddare e ricavate due quadrati. • **Scaldate** il latte, unite lo zafferano e mescolate. • **Raccogliete** la ricotta in un mixer, versate gradualmente il latte e frullate. Incorporate quindi la gelatina, ben strizzata e sciolta al microonde. • **Fate raffreddare** e unite le gocce di cioccolato.
• **Diluite** il liquore con un goccio di acqua.
• **Cospargete** un quadrato di sfoglia con uno strato di crema. • **Sistemate** sopra un quadrato di pan di Spagna, bagnato con il liquore, e cospargete con altra crema.
• **Coprite** con l'altro quadrato di sfoglia e pressate leggermente. Lasciate riposare in frigo per 1 ora. • **Tagliate** in quadrati da 5 cm di lato. Guarnite con il cioccolato, fuso al momento, e servite.

Torta di crêpes con crema al cioccolato bianco e ovetti al latte

Ingredienti per 6 persone
Per le crêpes: 500 ml di **latte**
3 **uova** • 175 g di **farina**
30 g di **cacao in polvere** • **burro**
Per la crema: 500 ml di **latte**
100 ml di **panna fresca** • 4 **tuorli**
150 g di **zucchero** • 20 g di **fecola**
20 g di **farina** • **vaniglia in polvere**
200 g di **cioccolato bianco**
Per la guarnizione: 200 g di **ovetti di cioccolato al latte** • 50 g di **amaretti**
100 g di **granella di nocciole**
400 g di **panna montata**

Preparazione

• **Per le crêpes**: rompete le uova in una ciotola, unite la farina, il cacao e il latte, e lavorate fino a ottenere una pastella priva di grumi. • **Fate scaldare** un padellino sul fuoco, ben imburrato. Versate un mestolino di pastella per coprire il fondo e fate cuocere la crêpe da un lato, quindi capovolgetela e portate a cottura. Levate e procedete a realizzare le altre crêpes fino a esaurimento della pastella. • **Per la crema**: lavorate i tuorli con lo zucchero, la farina e la fecola. Fate bollire il latte con la panna e un pizzico di vaniglia. • **Versate** il liquido caldo sui tuorli, mescolate, rimettete sul fuoco e fate cuocere fino ad addensamento. Unite il cioccolato bianco tritato e fate sciogliere. Spegnete, fate raffreddare e incorporate 200 g di panna montata. • **Assemblate** la torta alternando uno strato di crêpes a uno di crema, fino a esaurire gli ingredienti e terminando con la panna. • **Spalmate** la panna montata rimanente sui bordi della torta e fate aderire la granella di nocciole. Trasferite in frigo per almeno 2 ore. • **Guarnite** quindi con gli ovetti di cioccolato e gli amaretti, e servite.

5€
6 porzioni

Brunch di Pasquetta

Il lunedì dell'Angelo che si fa? Il must, da qualche anno a questa parte, è il brunch: a base di torte salate, dessert con uova sode e ricche portate da preparare in anticipo, sostituisce per molti la tradizionale colazione di Pasqua e mette tutti d'accordo!

8 ricette per breakfast o lunch

Colazione di Pasqua

Simbolica rottura del digiuno quaresimale, la colazione di Pasqua era (e per molti lo è ancora), un rituale diffuso soprattutto a Roma e nel Centro Italia. Tra i piatti tipici, pizze salate, uova sode, carciofi e coratella.

Torta salata con scarola cipollotto e pecorino

Ingredienti per 6 persone
300 g di **pasta brisée** (o di **pasta sfoglia**) • 400 g di **scarola già pulita**
2 **cipollotti** (la parte bianca) • 3 **uova**
100 g di **yogurt** • 50 g di **pecorino grattugiato** • **olio extravergine di oliva** • **sale marino**

Preparazione
• **Fate scaldare** in una casseruola 2 cucchiai di olio; unite la scarola, affettata finemente, e un pizzico di sale. • **Incoperchiate** e lasciate stufare per una decina di minuti, quindi spegnete e lasciate raffreddare. Tagliate i cipollotti a fettine sottili. • **Fatele appassire** in una padella con un filo di olio, quindi spegnete e tenete da parte. Mescolate in una ciotola le uova con il pecorino, lo yogurt e un pizzico di sale. • **Stendete** la pasta brisée in una teglia da 28-30 cm di diametro, foderata con carta forno. Bucherellate il fondo con i rebbi di una forchetta. • **Distribuite** all'interno la scarola, lasciando un bordo libero di circa 2 cm, e sollevate il bordo di pasta sovrapponendolo leggermente sul ripieno. • **Coprite** con la miscela di uova e adagiate sopra le rondelle di cipollotti, quindi infornate a 180 °C e fate cuocere per circa 35 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate intiepidire. • **Trasferite** la torta in un piatto da portata, tagliate a fette e servite.

Il tocco in più!
Aromatizzate la farcia con una macinata di coriandolo.

Tips & Tricks

Per questa ricetta, l'ideale sarebbe scegliere ricotte di pecora confezionate nei classici cestelli rotondi in plastica (in alternativa, potete utilizzare anche fette di ricotta di altra forma e poi, con un apposito coppapasta, ricavate dei dischetti).

Burger di ricotta e pesto con pomodorini saltati alle olive

Ingredienti per 4 persone
Per i burger: 600 g di **ricotta di pecora** • 80 g di **pesto di basilico** 2 **uova** • **farina 00** • **pangrattato** **olio di semi di arachide**
Vi servono inoltre: 4 **panini morbidi al sesamo** • 4 foglie di **insalata** 200 g di **pomodorini** • 1 spicchio di **aglio** • 60 g di **olive taggiasche già snocciolate** • 1 ciuffo di **basilico** **olio extravergine di oliva** • **sale**

Preparazione
• **Per i burger:** prendete la ricotta, sformatela dal proprio contenitore e capovolgetela su un tagliere. Aiutandovi con un coltello a lama liscia, ricavate delle fette rotonde spesse 1-1,3 cm; spennellate la metà dei dischetti ottenuti con il pesto di basilico e ricoprite con quelli restanti. Ottenuti i burger farciti, spruzzateli con un goccino di acqua e poi spolverizzateli con un po' di farina. • **Lasciate riposare** qualche minuto per favorire l'assorbimento. Sbattete le uova in una ciotola. Passate i burger prima nelle uova e poi nel pangrattato, premendo delicatamente per farlo aderire. Ripetete il passaggio e lasciate riposare i burger nello stesso pangrattato.
• **Friggete** i burger in olio di semi ben caldo e, quando saranno ben dorati e croccanti, scolateli e fateli asciugare su carta assorbente da cucina. • **Lavate** i pomodorini e tagliateli a spicchi. Raccoglieteli in una ciotola e conditeli con un pizzico di sale e un paio di cucchiai di olio. • **Trasferiteli** in una padella ben calda, unite lo spicchio di aglio schiacciato, incoperchiate e lasciate cuocere a fiamma vivace per 3 minuti. • **Togliete** quindi il coperchio e proseguite la cottura a fuoco dolce finché i pomodorini non saranno appassiti. Una volta cotti, unite le olive e le foglie di basilico, spezzettate, e fate saltare il tutto per 2 minuti.
• **Tagliate** i panini a metà e distribuite sopra una foglia di insalata, il burger e poi un po' di pomodorini. • **Coprite** con l'altra metà del panino e servite.

Mattonelle di rigatoni ripieni di ricotta e salsiccia

Ingredienti per 4 persone
400 g di **rigatoni** • 350 g di **ricotta vaccina** • 50 g di **pecorino grattugiato**
100 g di **salsiccia lucana stagionata a cubetti** • 1 ciuffo di **prezzemolo**
500 ml di **besciamella** • **pangrattato**
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione
• **Scolate** la ricotta, raccoglietela in una ciotola insieme al pecorino, un pizzico di pepe e una manciata di prezzemolo tritato, e amalgamate. • **Lessate** i rigatoni in acqua bollente e salata, scolateli al dente e tamponateli su un canovaccio. Foderate due pirofile da forno da circa 15x10 cm con un foglio di carta forno e poi ungetele con un filo di olio. • **Farcite** con un sac à poche i rigatoni con la ricotta e aggiungete man mano un paio di cubetti di salsiccia per ogni rigatone. • **Sistemate** i rigatoni in un primo strato ordinato all'interno dello stampo. Cospargete con qualche cucchiaiata di besciamella, un filo di olio e un pizzico di pepe, e realizzate un secondo strato di rigatoni ripieni. Proseguite in questo modo fino a riempire le due pirofile.
• **Ungete** la superficie delle mattonelle con un pochino di olio e spolverizzate con un po' di pangrattato. • **Infornate** a 180 °C per circa 20 minuti. Sfornate, fate intiepidire e poi capovolgete su un piatto da portata. Eliminate delicatamente la carta forno, ultimate con un filo di olio e un pizzico di pepe, e servite.

Reginelle ▲ al ragù di maiale e finocchietto

Ingredienti per 8-10 persone
500 g di **reginelle** • 2 **costate di maialino con osso** • 100 g di **finocchietto**
1 **cipolla dorata** • 2 cucchiai di **concentrato di pomodoro** • 4 **chiodi di garofano** • 1 foglia di **alloro**
1 bicchiere di **vino** • **olio extravergine di oliva** • **sale e pepe**

Preparazione
• **Lessate** il finocchietto in acqua bollente (eccetto qualche rametto che vi servirà per la guarnizione finale). Una volta morbido, scolatelo e tenete da parte l'acqua di cottura. • **Fate appassire** la cipolla, tritata finemente, in una casseruola con un filo di olio e l'alloro; unite le costate di maialino e i chiodi di garofano, e fate dorare a fiamma bassa. • **Sfumate** con il vino, unite il concentrato di pomodoro e portate a cottura, bagnando di tanto in tanto con un mestolo di acqua di cottura del finocchietto.
• **Frullate** intanto il finocchietto con un filo di olio fino a ottenere una crema densa (simile alla maionese). • **Aggiustate** di sale e di pepe, e tenete da parte. Appena la carne sarà stracotta, toglietela dalla casseruola, sfilacciatela e tenetela da parte in caldo. • **Eliminate** i chiodi di garofano e conservate il fondo di cottura della carne. Lessate la pasta nell'acqua di cottura del finocchietto. Scolatela al dente, versatela nella casseruola e ripassatela con il fondo di cottura della carne. • **Distribuite** la crema di finocchietto nelle minicocotte e adagiate sopra la pasta. • **Completate** con il maialino sfilacciato, guarnite con il finocchietto tenuto da parte e servite.

Polpettone con frittatina alle zucchine e taleggio

Ingredienti per 8 persone
1,2 kg di **macinato di pollo**
125 g di **mollica di pane raffermo** (bagnato e strizzato)
20 g di **fecola di patate**
1 cucchiaino di aghi di **rosmarino tritati** • 1 cucchiaino di foglie di **salvia tritate** • 4 cucchiai di **pangrattato** • **olio extravergine di oliva** • **sale**
Per il ripieno: 4 **uova** • 2 **zucchine**
1 **cipolla bionda piccola**
120 g di **taleggio a fettine**
olio extravergine di oliva • **sale**

Preparazione
• **Per il ripieno**: pulite le zucchine e la cipolla, e tritatele finemente. Raccogliete il trito in una ciotola, unite le uova e un pizzico di sale, e sbattete per bene. • **Preparate** due frittatine in una padella larga e leggermente unta di olio. Spegnete e fate raffreddare.
• **Impastate** in una ciotola il macinato con la mollica di pane, la fecola e un pizzico di sale.
• **Dividete** il composto in due parti uguali. In una ciotolina mescolate il pangrattato con le erbe aromatiche tritate. • **Stendete** con le mani oliate la carne, creando due rettangoli spessi 2 cm, su 2 fogli di carta forno ben unti di olio. Sistemate sopra il formaggio a fettine e una frittatina lasciando un bordo libero di circa 3 cm. • **Arrotolate** delicatamente e realizzate il secondo polpettone. Ungete la superficie dei polpettoni e fateli rotolare nella panatura di erbe aromatiche. • **Incartate** i polpettoni nella carta forno, chiudendoli a caramella, e sistemateli in una teglia.
• **Infornate** a 200 °C e fate cuocere per circa 10 minuti. Abbassate la temperatura a 170 °C e proseguite la cottura per 35-40 minuti.
• **Sfornate** e fate intiepidire. Tagliate a fette, accompagnate, a piacere, con le carotine al forno e servite.

Accompagnate con…
Carotine al forno

Lavate **600 g di carote piccole**, senza raschiarle, e trasferitele in una teglia. Condite con **un filo di olio** e **un pizzico di sale**, e infornate a 170 °C per circa 25 minuti o finché saranno ben cotte.

Tortini al limone mandorle e glassa al cioccolato bianco

Ingredienti per 10 persone
150 g di **mandorle già pelate e tritate finemente** • 100 g di **farina di riso**
25 g di **fecola**
60 g di **zucchero di canna chiaro**
60 g di **miele delicato non pastorizzato**
80 g di **olio di vinaccioli**
(o di **olio di semi di arachide**)
2 **uova a temperatura ambiente**
12 g di **lievito per dolci** • **la scorza grattugiata** di 1 **limone**
40 ml di **limoncello** • 1/2 cucchiaino da caffè di **vaniglia in polvere**
Per la glassa al cioccolato bianco:
200 g di **cioccolato bianco**
Per guarnire: 20 g di **mandorle tostate**

Preparazione
• **Scaldate** il forno a 180 °C. • **Miscelate** in una ciotola la farina di riso con la fecola, le mandorle, il lievito e la vaniglia. • **Sbattete** a parte le uova con lo zucchero e il miele, versate a filo l'olio e proseguite a mescolare fino a ottenere un composto spumoso. • **Aromatizzate** infine con la scorza di limone e il limoncello. Unite poco per volta gli ingredienti liquidi a quelli secchi e mescolate. • **Versate** il composto in uno stampo rettangolare da 30x20 cm, foderato con carta forno. • **Abbassate** a 160 °C e fate cuocere per circa 25-30 minuti. Sfornate il dolce, sformatelo e fatelo raffreddare su una griglia per dolci. • **Tagliate** il dolce a quadratini da circa 5 cm di lato. • **Per la glassa**: tritate il cioccolato in pezzetti e fatelo fondere a bagnomaria a fuoco dolce. • **Disponete** i tortini sulla griglia e cospargeteli con la glassa. Guarnite con le mandorle tostate e lasciate rapprendere completamente prima di servire.

0,45€ al pezzo

Ravioli ▲ dolci della nonna

3,70€ 4 porzioni

Ingredienti per 4 persone
500 g di **farina 00** • 2 cucchiai di **zucchero**
1/2 bicchiere di **olio extravergine di oliva**
2 cucchiai di **marsala** • 1 pizzico di **sale**
zucchero a velo • **olio di semi di arachide**
Per la crema: 250 g di **ricotta di pecora ben scolata** • 50 g di **zucchero** • 50 g di **frutta candita** • 25 g di **scaglie di cioccolato**

Preparazione
• **Disponete** la farina a fontana e unite al centro lo zucchero, il marsala, il sale e l'olio, e impastate versando a filo l'acqua necessaria a ottenere un composto sodo e omogeneo. • **Formate** una palla, coprite e fate riposare per circa mezz'ora. Trascorso il tempo di riposo, stendete la pasta in una sfoglia sottile e con un coppapasta da circa 5 cm di diametro ricavate tanti dischetti. • **Friggeteli** in abbondante olio di semi ben caldo e, quando saranno ben dorati, scolateli e fateli asciugare su carta assorbente da cucina. • **Lavorate** la ricotta con lo zucchero, quindi unite la frutta candita, tagliata a dadini, e le scaglie di cioccolato, e mescolate per bene. • **Trasferite** i dischetti in un piatto da portata e spolverizzateli con abbondante zucchero a velo.
• **Accompagnate** con la crema di ricotta e servite.

Pasqua made in Sud

I "pupi" con l'uovo o *cuddura cull'ova* sono dei biscotti tipici siciliani che vengono preparati durante il periodo pasquale. Generalmente hanno forma di cestino, ma possono raffigurare anche campane, agnelli, omini o colombe. A seconda della forma, assumono nomi diversi: *cuddura, panareddi, campanari, aceddi*. Con leggere varianti vengono preparati anche in Calabria (*cuzzupe*) e in Puglia (*scarcelle*).

Pupi siciliani

Ingredienti per 4 persone
500 g di **farina** (più altra per spolverizzare)
150 g di **zucchero**
125 g di **strutto** • 2 **uova**
5 g di **ammoniaca per dolci**
1 bustina di **lievito per dolci**
1 pizzico di **sale**
1 bustina di **vanillina**
2 cucchiai di **marsala**
Per la glassa: 1 **albume**
200 g di **zucchero a velo**
1 **limone**
Vi servono inoltre: 4 **uova sode**
50 g di **codette di zucchero colorate**

Preparazione
• **Disponete** la farina a fontana in una terrina capiente, unite al centro tutti gli altri ingredienti e iniziate ad amalgamare il tutto a poco a poco. • **Lavorate** fino a ottenere un composto sodo e omogeneo, formate una palla e avvolgetela in un foglio di pellicola trasparente. Trasferite in frigo e fate riposare per 30 minuti. • **Dividete** l'impasto in 4 parti e formate delle coroncine spolverizzando man mano la spianatoia con un po' di farina. • **Sistemate** al centro di ogni coroncina un uovo sodo e fermatelo con qualche strisciolina di pasta. • **Trasferite** le coroncine in una teglia, foderata con carta forno, e infornate a 180 °C per circa 20 minuti. Sfornate e fate raffreddare. • **Preparate la glassa**: iniziate a montare l'albume con le fruste elettriche, unite qualche goccia di succo di limone e lo zucchero a velo, e proseguite a lavorare fino a ottenere un composto lucido e bianco. • **Spalmate** la glassa sui "pupi" e guarnite con le codette di zucchero. Lasciate rapprendere e servite.

0,45€ al pezzo

Grande piatto della tradizione culinaria italiana, il sartù, golosamente imbottito con polpettine di carne e verdure, viene qui declinato in 4 proposte raffinate e d'effetto

Sartù al sugo con polpettine di ricotta e spinaci e uova di quaglia

Ingredienti per 4 persone
350 g di **riso Carnaroli** • 300 g di **passata di pomodoro** • 1 spicchio di **aglio**
1/2 bicchiere di **vino bianco** • 8 **uova di quaglia già rassodate** • 200 g di **ricotta**
400 g di **spinaci già sbollentati**
50 g di **parmigiano grattugiato**
pangrattato • **burro** • **olio extravergine di oliva** • **sale e pepe**

Preparazione
• **Scolate** gli spinaci, strizzateli e teneteli da parte. In una casseruola dal fondo spesso e i bordi alti fate soffriggere l'aglio con un filo di olio, quindi eliminate l'aglio e aggiungete il riso. • **Fate tostare** il riso per bene. Bagnate con il vino e lasciate sfumare.
• **Aggiungete** la passata e fate cuocere per circa 20 minuti, aggiungendo un mestolo di acqua bollente e salata man mano che viene assorbita. Quando il riso risulterà cotto ma ancora bello al dente, spegnete il fuoco e mantecate con un filo di olio. Spegnete e tenete da parte.
• **Sgusciate** le uova di quaglia e tenetele da parte. Tritate gli spinaci grossolanamente. Trasferite la ricotta, ben sgocciolata, in una ciotola, e unite il parmigiano e gli spinaci. Pepate e incorporate eventualmente un cucchiaio di pangrattato, in modo da ottenere un composto sodo ma comunque umido e duttile. • **Formate** 4 polpettine grandi come una noce. Con una leggera pressione del pollice fate una fossetta al centro della noce e sistemate nella cavità un uovo di quaglia. • **Richiudete** la polpettina con un altro po' di impasto agli spinaci e passatela velocemente nel pangrattato.
• **Ripetete** queste operazioni per altre 3 volte e tenete da parte. Imburrate 4 stampini e spolverizzateli con il pangrattato. • **Riempiteli** per 2/3 con il riso freddo e compattate con il dorso di un cucchiaio fino a formare dei gusci. • **Disponete** al centro la polpetta di spinaci, esercitando una leggera pressione.
• **Ricoprite** con altro risotto e compattate. Cospargete con poco pangrattato, condite con un filo di olio e infornate in forno statico a 200 °C per circa 20 minuti. • **Sfornate**, sformate e adagiate in cima un tuorlo di uova di quaglia. Pepate, ultimate con un filo di olio a crudo, e servite.

Re Sartù

UN PO' DI STORIA

Se, dopo la sua importazione dall'Oriente, nel XIV secolo, il riso a Napoli era considerato uno "sciacquapanza", dal '700 in poi, con l'operato dei Monsù (i cuochi francesi chiamati "Monsieur") nelle cucine aristocratiche, il riso venne riproposto in chiave succulenta, a timballo, condito con salsa al pomodoro, imbottito e guarnito con polpettine di carne e piselli anche sopra la sommità, o al centro dell'anello sformato: "in cima a tutto", "sur-tout"... sartù! In breve, non solo il nome venne partenopeizzato, ma anche la ricetta, diventata un must della cucina popolare: sulle tavole più modeste, infatti, si trasformò in un gustoso riutilizzo di riso, farcito riccamente con ingredienti poveri di dispensa. Mettendo d'accordo Francesi e Napoletani, ricchi e poveri.

QUALE RISO SCEGLIERE?

Il riso più adatto per questa preparazione è il **Carnaroli**. Tra le varietà più pregiate e utilizzate, è ottenuto da un incrocio tra il Vialone Nano e il Lencino. Grazie all'alto contenuto di amilosio, è un riso che non scuoce e non si disgrega. In alternativa, potete utilizzare anche le qualità **Arborio** e **Roma**.

GALLO
Riso Carnaroli, chicchi pregiati, 1 kg.
€ 3,50 circa.

SCOTTI
Riso superfino Arborio, 500 g.
€ 2,19.

SIGMA
Riso Roma, 1 kg.
€ 1,99.

Sartù agli agrumi con polpette di merluzzo carciofi e salsa al pecorino

Ingredienti per 4 persone

450 g di **riso Carnaroli** • 1 **arancia** • 1 **limone** • 300 g di **filetto di merluzzo già lessato** • 1 **uovo** • 1 ciuffo di **prezzemolo** • 30 g di **uvetta già ammollata** • 200 g di **pecorino grattugiato** • 300 g di **cuori di carciofo già lessati** • 150 ml di **panna fresca** • 1/2 **cipolla** • **pangrattato** • **burro** **olio di semi di arachide** • **olio extravergine di oliva** • **sale e pepe**

Sartù agli agrumi con polpette di merluzzo carciofi e salsa al pecorino

Preparazione

• **Fate tostare** il riso in una casseruola con un filo di olio. Sfumate con il succo di 1/2 limone e fate cuocere il riso per circa 20 minuti, aggiungendo un mestolo di acqua bollente e salata man mano che viene assorbita. Spegnete il riso al dente e mantecate con una noce di burro. • **Aromatizzate** con la scorza grattugiata degli agrumi, trasferite in una ciotola e tenete da parte.
• **Portate a bollore** la panna in un pentolino dal fondo spesso. Togliete dal fuoco, aggiungete 150 g di pecorino e fate sciogliere il formaggio su fiamma bassa, mescolando. Spegnete e fate intiepidire. • **Frullate** grossolanamente il merluzzo e trasferitelo in una ciotola con il pecorino restante, l'uovo, il prezzemolo tritato, una macinata di pepe e l'uvetta, ben strizzata, e amalgamate. Aggiustate eventualmente la consistenza con un po' di pangrattato.
• **Formate** con il composto ottenuto tante polpettine e passatele nel pangrattato.
• **Friggete** le polpette in abbondante olio di semi e scolatele su carta assorbente da cucina. • **Fate appassire** la cipolla, tritata, con un filo di olio in una padella. Unite i carciofi a spicchi e fate insaporire per qualche minuto. Aggiungete 1/2 bicchiere di acqua, salate, pepate e fate cuocere per 10 minuti fino a quando il fondo non si sarà ben asciugato. Imburrate uno stampo da budino (da 22 cm di diametro) e disponete sul fondo, in posizione centrale, una fetta sottile di arancia. • **Spolverizzate** lo stampo con un po' di pangrattato. Riempite per 2/3 con il riso e compattate con un cucchiaio. • **Farcite** con la salsa al pecorino, uno strato di carciofi e uno strato di polpette. Ripetete la sequenza degli strati fino a esaurire gli ingredienti, ricoprite con altro risotto e compattate bene. • **Cospargete** con poco pangrattato, condite con un filo di olio e infornate a 200 °C per 20 minuti. Sfornate, sformate e servite.

Tips & Tricks

Una volta cotto il sartù, prima di sformarlo, fatelo intiepidire per una decina di minuti.

Sartù al parmigiano con polpettine di maiale e porcini

Ingredienti per 4 persone
350 g di **riso Carnaroli**
80 g di **parmigiano grattugiato**
1 spicchio di **aglio** • 1/2 bicchiere di **vino bianco** • 2 **porcini già trifolati**
30 g di **nocciole già tostate**
200 g di **stracciatella pugliese**
200 g di **macinato di maiale**
1 **uovo** • 2 cucchiai di **farina**
1 bicchiere di **birra** • 2 cucchiai di **pecorino grattugiato** • **pangrattato**
burro • **olio extravergine di oliva**
sale e pepe

Preparazione

• **Fate soffriggere** in una casseruola lo spicchio di aglio con un filo di olio. Eliminate l'aglio, unite il riso e fate sfumare. • **Sfumate** con il vino e fate cuocere il riso per circa 20 minuti, aggiungendo un mestolo di acqua bollente e salata man mano che viene assorbita. Spegnete, mantecate con una noce di burro e il parmigiano, e fate raffreddare. Raccogliete la carne in una ciotola con un pizzico di sale e di pepe, 2 cucchiai di pangrattato, il pecorino e l'uovo. • **Amalgamate**, formate tante polpettine, passatele nella farina e fatele dorare in una padella con un filo di olio. • **Sfumate** con la birra, pepate e spegnete. Imburrate 4 stampini monoporzione a forma di stella e spolverizzateli con un po' di pangrattato. Riempiteli per 2/3 con il riso. • **Compattate**, disponete al centro qualche polpetta con il suo sughetto, un po' di porcini, un po' di nocciole, tritate, e un ciuffo di stracciatella. Ricoprite con altro risotto e compattate. • **Cospargete** con il pangrattato, condite con un filo di olio e infornate a 200 °C per 20 minuti. Sfornate, sformate, guarnite con un po' di trito di nocciole e servite.

Sartù con polpette di patate salsiccia provola e broccoli saltati

Ingredienti per 4 persone
400 g di **riso Carnaroli** • 5 **peperoncini** • 2 spicchi di **aglio** • 1/2 bicchiere di **vino bianco** • 4 **patate medie già lessate** • 1 **uovo** • 1 cucchiaio di **parmigiano grattugiato** 2 **salsicce** • 1 **broccolo già sbollentato** • 250 g di **provola affumicata** • **burro pangrattato** • **olio di semi di arachide** • **olio extravergine di oliva** • **sale e pepe**

Preparazione
• **Fate soffriggere** 1 spicchio di aglio e 2 peperoncini, fatti a fettine, con un filo di olio in una casseruola. Rimuovete l'aglio e aggiungete il riso. • **Fate tostare** il riso, sfumate con il vino e fate cuocere per circa 20 minuti, aggiungendo un mestolo di acqua bollente e salata man mano che viene assorbito. Spegnete al dente e mantecate con un filo di olio. Trasferitelo in una ciotola di vetro e tenete da parte. • **Sbucciate** le patate e schiacciatele con uno schiacciapatate, raccogliendo la purea ottenuta in un'altra ciotola. Unite le salsicce, spellate e sgranate, e mescolate. Incorporate l'uovo, il parmigiano grattugiato e profumate con una macinata di pepe. • **Aggiungete** 1 cucchiaio di pangrattato fino a ottenere una consistenza soda, ma non troppo asciutta. Formate tante polpettine e passatele nel pangrattato. • **Scaldate** abbondante olio di semi in una padella e friggete le polpette per qualche minuto. Quando saranno leggermente dorate, scolatele e fatele asciugare su carta assorbente da cucina. • **Fate soffriggere** in un'altra padella l'aglio rimanente con un filo di olio. Unite le cimette di broccolo sbollentate e fate saltare su fiamma vivace per qualche minuto. Regolate di sale e di pepe, spegnete e tenete da parte. • **Imburrate** uno stampo da plumcake da 24x7 cm e spolverizzatelo con un po' di pangrattato. • **Distribuite** 2/3 di riso freddo all'interno e compattate con il dorso di un cucchiaio fino a ricoprire i bordi dello stampo, come a formare un guscio spesso circa 1 cm. Distribuite al centro uno strato di provola a cubetti, uno di broccoli e infine uno di polpettine. Ripetete la sequenza degli strati fino a riempire tutto lo spazio. • **Ricoprite** con il risotto restante e compattate per bene. Cospargete con poco pangrattato, condite con un filo di olio e infornate a 200 °C per circa 20 minuti. • **Sfornate** il sartù, lasciatelo intiepidire e sformate. Guarnite con i peperoncini restanti e qualche foglia di broccolo sbollentata, e servite.

5,60€
4 porzioni

L'utensile furbo
Stampo da plumcake in silicone di **Tescoma**.

Lasagne golose

Indica un particolare formato di pasta, il più antico in Italia. Alla bolognese con il ragù e un rosso fresco d'annata, con verdure, bollicine fresche e amabili, sono una gioia per la tavola.

1. BORGAIO igt TOSCANA ROSSO CASTELLO DI MELETO
Rubino brillante, con note spiccate di frutti a bacca rossa e di bosco con accenni di viola. Vinoso e morbido al palato.

2. PORTEGO SCURO PROSECCO doc EXTRADRY VITICOLTORI PONTE
Bel perlage minuto e persistente. Freschi fiori bianchi e una piacevolezza fruttata e dissetante al palato.

Torte salate

Ricco antipasto, rustico secondo piatto, protagoniste in ogni brunch. Tradizionali come la torta pasqualina con vini bianchi o rustiche di carne, uova e salumi con rossi frizzanti.

RABOSO FIORE PALADIN
Rubino con riflessi violacei, violette di campo aprono il bouquet, a seguire fragole, melagrana e more. Palato fruttato e vivace.

€6,50

"DEI CARNI" CHARDONNAY igt DELLE VENEZIE GIUSTI WINE
Intrigante bouquet con note di melone, susina gialla e agrumi. Sorso piacevole e vegetale con un'ottima sapidità.

Ode al carciofo!

Materia spinosa in abbinamento con il vino, perché i carciofi hanno una decisa componente tannica. Abbinamento perfetto, quindi, per "carciofi a tutto pasto", un vino bianco e bollicine.

PORTEGO SCURO PINOT GRIGIO BRUT VITICOLTORI PONTE. Bollicine intriganti e dissetanti, in evidenza note di mela e pera che sfociano nel floreale del gelsomino.

€8

ASOLO PROSECCO SUPERIORE docg BRUT GIUSTI WINE
Fragranza e tipicità al naso, note di pera, fiori bianchi e salvia. Palato in perfetto equilibrio con una sana acidità.

Amanti della carne?

Niente di meglio di un buon secondo come tradizione vuole. Naturalmente vini rossi più leggeri e fruttati con carni di coniglio o di agnello. Strutturati con arrosti e brasati.

RUBRO UMBRIA igt CANTINA TODINI
Rubino intenso con profumi di frutta rossa matura, fiori appassiti ed eleganti note speziate e di tabacco. Palato morbido, elegante, un vino da arrosti.

MASSIMO igt ROSSO VENETO GIUSTI
Rubino con riflessi granati. Profumi complessi e intensi con note terziarie di spezie, floreali di viola. Palato morbido e croccante.

Dolci di festa

Protagonisti del menu di Pasqua. La colomba, la pastiera, da provare con i passiti. Originali e intriganti i dolci al cioccolato da scoprire con uno spumante rosso dolce.

PASSITO igp TERRE SICILIANE CANTINE COLOSI
Ambrato con squisiti sentori di albicocca, fichi secchi e datteri. Palato sontuoso, ma non stucchevole, freschezza e sapidità.

€9

SPUMANTE PRUNO NERO DRY CLETO CHIARLI
Morbido, vellutato, spuma avvolgente. Sentori di piccoli frutti rossi ed erbe aromatiche e palato fresco, compiacente col cacao.

5 fettuccine & Co.

La pasta fresca all'uovo, nel suo formato lungo – leggi fettuccine, tagliatelle, pappardelle e simili – fa subito festa e dà vita a goduriose ricette tutte da arrotolare

Pasta all'uovo

Disponete **200 g di farina 00** e **70 g di semola** a fontana. Unite al centro **3 uova** e impastate fino a ottenere un composto omogeneo.

Compra in anticipo e surgela

Fettuccine al ragù della nonna

Ingredienti per 6 persone
600 g di **fettuccine**
500 g di **fegatini di pollo** • 1 **scalogno**
1 **carota** • 1 costa di **sedano**
2 foglie di **alloro** • 200 g di **piselli**
1 cucchiaino di **concentrato di pomodoro** • 1/2 bicchiere di **marsala** • 1/2 l di **brodo**
2 **chiodi di garofano**
50 g di **parmigiano grattugiato**
noce moscata • **burro** • **olio extravergine di oliva** • **sale e pepe**

Preparazione
• **Pulite** lo scalogno, la carota e il sedano, e tritateli finemente. • **Fate soffriggere** il trito ottenuto in una casseruola con un filo di olio e una noce di burro; aggiungete i fegatini, mescolate e fateli rosolare per bene.
• **Bagnate** con il marsala e lasciate sfumare. Aggiungete l'alloro, i chiodi di garofano e il concentrato di pomodoro, diluite con il brodo e portate a cottura.
• **Lessate** a parte i piselli in acqua bollente, scolateli al dente e fateli raffreddare.

Una volta cotti i fegatini, prelevateli dalla padella e tritateli al coltello. • **Rimetteteli** in padella con il loro fondo di cottura, regolate di sale e di pepe, e profumate con un pizzico di noce moscata.
• **Aggiungete** i piselli e fate insaporire. Lessate le fettuccine in acqua bollente e leggermente salata, scolatele al dente e versatele in padella con un goccio della loro acqua di cottura. • **Spolverizzate** con il parmigiano e mantecate per qualche minuto. Impiattate e servite bollenti.

Fettuccine

2,10€ a porzione

Tagliatelle ai carciofi con mimosa d'uovo

Ingredienti per 6 persone
600 g di **tagliatelle**
8 **carciofi già puliti**
1 **scalogno** • 4 **uova**
80 g di **parmigiano grattugiato**
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione
• **Tritate** lo scalogno e fatelo imbiondire in una larga padella con 4 cucchiai di olio. Aggiungete i carciofi, tagliati a fettine, e bagnate con 1/2 bicchiere di acqua. • **Incoperchiate** e fate cuocere finché saranno teneri. Regolate di sale e di pepe, spegnete e lasciate raffreddare.
• **Lessate** le uova per circa 8 minuti, quindi passatele sotto l'acqua corrente fredda e poi fatele raffreddare. • **Sgusciatele**, tagliatele a metà e prelevate i tuorli.
• **Tritateli** finemente e teneteli da parte. Lessate la pasta in acqua bollente e leggermente salata. • **Scolatela** al dente e versatela nella padella con i carciofi, bagnate con un goccio di acqua di cottura della pasta e fate saltare per qualche minuto. Spegnete, cospargete con il parmigiano grattugiato e mantecate.
• **Impiattate**, completate con la mimosa d'uovo e servite subito.

Tips & Tricks

In alternativa, per preparare la mimosa d'uovo, potete passare i tuorli a uno spremiaglio.

Spaghetti alla chitarra al ragù di coniglio e carciofi

Ingredienti per 4 persone
450 g di **spaghetti alla chitarra**
250 g di **polpa di coniglio** • 2 **carciofi**
1 **carota** • 1 costa di **sedano**
1/2 **cipolla** • 1 spicchio di **aglio**
1 foglia di **salvia** • 1 rametto di **rosmarino** • 1 foglia di **alloro**
1 **pomodoro pelato** • 1/2 bicchiere di **vino bianco** • 1 ciuffo di **prezzemolo**
parmigiano grattugiato
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione
• **Riducete** la polpa di coniglio in pezzetti molto piccoli. • **Preparate** un trito di carota, cipolla e sedano, e fatelo appassire in una casseruola con un filo di olio; unite la carne, profumate con l'alloro, la salvia e il rosmarino, e fate rosolare la carne a fiamma vivace mescolando spesso. • **Aggiustate** di sale e di pepe, e poi sfumate con il vino. Unite il pomodoro pelato con la sua acqua di vegetazione, schiacciate e fate cuocere a fiamma bassa.
• **Pulite** i carciofi, eliminate le foglie esterne più dure e tagliateli a fettine.
• **Fate rosolare** l'aglio in una padella con un filo di olio e il prezzemolo tritato; unite i carciofi, bagnate se necessario con un goccio di acqua e fateli cuocere. lasciandoli molto al dente. Una volta cotti, uniteli al ragù di coniglio e proseguite la cottura per una mezz'ora.
• **Lessate** la pasta in acqua bollente e leggermente salata, quindi scolatela e conditela con il ragù. • **Completate** con il parmigiano grattugiato e una macinata di pepe, impiattate e servite.

pronti in 50 minuti

Spaghetti alla chitarra

Pappardelle

Pappardelle ▲ integrali alla curcuma con verdure e burrata di bufala

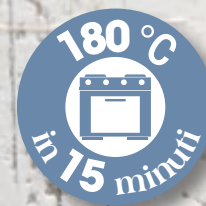
Ingredienti per 4 persone
450 g di **pappardelle integrali**
150 g di **zucchine**
150 g di **melanzane**
200 g di **peperoni gialli e rossi**
100 g di **burrata di bufala**
3 spicchi di **aglio**
1 ciuffo di **prezzemolo**
40 g di **mandorle a filetti**
olio extravergine di oliva
curcuma in polvere • **sale e pepe rosa**

Preparazione
• **Lavate** le verdure e tagliatele a tocchetti.
• **Fatele cuocere** separatamente in una padella con un filo di olio e l'aglio finché non saranno cotte ma ancora croccanti. Una volta ben rosolate, trasferitele in un'unica padella, salate e tenete da parte.
• **Frullate** la burrata con un filo di olio fino a ottenere una crema. Lessate la pasta in acqua bollente e salata, e aromatizzate con un pizzico di curcuma; quindi scolatela, trasferitela in padella con le verdure e mantecate per qualche minuto. • **Distribuite** la burrata nei piatti da portata e sistematevi sopra le pappardelle. • **Completate** con le mandorle a filetti, una macinata di pepe e un po' di prezzemolo tritato, e servite.

Crostatine di tagliolini gratinati con pisellini uovo sodo e gorgonzola

Ingredienti per 4 persone
500 g di **pasta sfoglia**
200 g di **tagliolini**
200 g di **pisellini già lessati**
300 ml di **besciamella**
150 ml di **panna fresca**
100 g di **gorgonzola piccante**
2 **uova sode** • **olio extravergine di oliva** • **sale**

Preparazione
• **Stendete** la pasta sfoglia, ricavate 4 dischetti e rivestite altrettanti stampini per crostata da 16 cm di diametro. • **Punzecchiate** il fondo con i rebbi di una forchetta, rivestite con la carta forno e coprite con uno strato di ceci secchi. • **Infornate** a 200 °C e fate cuocere per una decina di minuti. Levate gli stampini, eliminate la carta e i legumi, e fate dorare ancora per 5 minuti. Sfornate i gusci e tenete da parte. • **Scaldate** la panna in un pentolino. Quando arriverà a bollore, toglietela dal fuoco e aggiungete il gorgonzola, tritato. • **Rimettete** su fiamma bassissima e fate sciogliere. Spegnete e fate raffreddare, quindi incorporate la salsa alla besciamella. Sgusciate le uova, tagliatele a metà e prelevate i tuorli. • **Lessate** i tagliolini in acqua bollente e salata, quindi scolateli al dente e conditeli con un filo di olio, i pisellini, ben sgocciolati, e qualche cucchiaio di besciamella al gorgonzola. Distribuite i tagliolini nei gusci di sfoglia mettendoli a "nido". • **Cospargete** con l'albume sodo sbriciolato e sistemate al centro metà tuorlo. • **Nappate** con la besciamella al gorgonzola e infornate a 180 °C per circa 15 minuti o comunque fino a doratura. • **Sfornate**, fate riposare per 10 minuti e servite.

Tagliolini

180 °C in 15 minuti

I COLORI DELLA CUCINA
CARCIOFI
A TUTTA BONTÀ!
CARCIOFI A TUTTA BONTÀ!
I COLORI DELLA CUCINA
MUFFIN
PLUMCAKE & CO.
MUFFIN PLUMCAKE & CO.

UOVA *in* FESTA

Simbolo della Pasqua, le uova sode, da abbinare nella tradizionale colazione pasquale a salumi e torte salate, diventano qui protagoniste di ricette appetitose e gourmet

4 *ghiotti appetizer*

Occhio alla cottura!

2-3 minuti: l'albume è rappreso leggermente e il tuorlo rimane liquido.

4-5 minuti: l'albume è rappreso, e il tuorlo rimane leggermente morbido.

7-8 minuti: albume e tuorlo sono ben rassodati.

10 minuti: per chi preferisce il tuorlo ancora più sodo.

In crosta

Uova filanti in guscio di sfoglia

Ingredienti per 4 persone
300 g di **pasta sfoglia integrale** • 9 **uova**
100 g di **scamorza a fette**
100 g di **provola a fette**
140 g di **prosciutto crudo a fettine**
semi di papavero

Preparazione
• **Sistemate** 8 uova in una pentola capiente e coprite con acqua fredda. Mettete sul fuoco e fate cuocere per 5 minuti a partire dal bollore. • **Scolate** le uova, passatele sotto un getto di acqua fredda e poi sgusciatele delicatamente. • **Avvolgete** ogni uovo in una fetta di scamorza, in una di provola e infine in una di prosciutto crudo. • **Stendete** la pasta sfoglia e rivestitevi le uova, in modo da riformare verosimilmente il guscio. • **Trasferite** le uova in una teglia, foderata con carta forno, spennellatele per bene con l'uovo restante sbattuto e poi cospargete con i semi di papavero. • **Infornate** a 210 °C e fate cuocere per circa 18 minuti. Sfornate le uova, disponetele nei piatti da portata e servite.

4,40€
4 porzioni

Tips & Tricks
L'uovo si è rotto in cottura? Aggiungete un cucchiaino di aceto all'acqua di cottura: in questo modo le proteine dell'albume coaguleranno più in fretta e sigilleranno l'apertura.

L'alleato in cucina
Aia Bio Vita, 4 uova biologiche. ***€ 1,79***.

Uova sode ripiene di sgombro al peperoncino

Ingredienti per 4-6 persone
6 **uova grandi** • 10 g di **foglie di prezzemolo** • 60 g di **filetti di sgombro ben sgocciolati** • 1 cucchiaio raso di **capperi sotto sale** • 1 **filetto di acciuga** • 2 cucchiai di **maionese**
Per la decorazione: 1 ciuffo di **prezzemolo peperoncino in polvere**

Preparazione
• **Raccogliete** le uova in un pentolino, copritele con acqua fredda, mettetele sul fuoco medio-alto e portate a bollore. Quando l'acqua inizia a bollire, mettete il coperchio sulla pentola e spegnete il fuoco.
• **Lasciate** le uova immerse nell'acqua bollente per 11 minuti, quindi scolatele, picchiettatele leggermente, per incrinare il guscio, e immergetele in acqua fredda per 10 minuti, rinnovando l'acqua almeno 1 volta. • **Sgusciate** le uova, tagliatele a metà nel senso della lunghezza e togliete i tuorli, che userete per preparare il ripieno. Tenete gli albumi da parte. • **Frullate** con un mixer le foglie di prezzemolo, i filetti di sgombro, i capperi dissalati e il filetto di acciuga. • **Aggiungete** i tuorli e la maionese, e mixate ancora fino a ottenere una crema liscia e omogenea. • **Riempite** gli albumi con la farcitura, aiutandovi con un sac à poche con bocchetta liscia.
• **Guarnite** a piacere con qualche fogliolina di prezzemolo, tritata, e un pizzico di peperoncino, e servite.

Ripiene

0,60€ a porzione

L'alleato in cucina
Filetti di sgombro di **Rio mare**.
125 g. ***€2,10***.

Barchette di uova con verdure saltate

Ingredienti per 4 persone
4 **uova** • 2 **zucchine medie** • 4 **carote**
2 **cipollotti** • **il succo** di 1/2 **limone**
erba cipollina • **olio extravergine di oliva**
sale e pepe

Preparazione
• **Mondate** e tagliate a dadini le carote, le zucchine e i cipollotti. Scaldate 3 cucchiai di olio in una padella, unite la dadolata di verdure, regolate di sale e di pepe, e fate saltare per pochi minuti (le verdure dovranno risultare tenere ma croccanti). • **Sistemate** le uova in una pentola capiente e coprite con acqua fredda. Mettete sul fuoco e fate cuocere per 5 minuti a partire dal bollore.
• **Scolate** le uova, passatele sotto un getto di acqua fredda e poi sgusciatele delicatamente. • **Tagliate** le uova a metà nel senso della lunghezza e svuotatele dei tuorli. • **Raccogliete** i tuorli nel bicchiere di un mixer con il succo del limone e l'erba cipollina, tritata, e frullate unendo a filo 1 bicchiere di olio. • **Distribuite** le verdure saltate negli albumi, impiattate e servite con a parte la salsa preparata.

Arancini di uova allo zafferano

Ingredienti per 4 persone
5 **uova** • 200 g di **riso arborio**
1 bustina di **zafferano** • 1 ciuffo di **prezzemolo** • **olio di semi di arachide** • **sale**
Vi servono inoltre: **farina** • **pangrattato**

Preparazione
• **Lessate** il riso in acqua bollente e salata, quindi scolatelo, aromatizzate con lo zafferano, mescolate e tenete da parte. • **Disponete** 4 uova in una pentola, coprite con acqua fredda e mettete sul fuoco a fiamma media. Appena avrà raggiunto il bollore, spegnete e fate riposare per 8 minuti.
• **Scolate** le uova, rimettetele nella pentola con l'acqua fredda e lasciate raffreddare per 5 minuti. • **Sbattete** l'uovo restante in una ciotolina e preparate altre due ciotoline con la farina e il pangrattato. • **Sgusciate** le uova ormai fredde e passatele nella farina; ricopritele con uno strato di riso e infarinatele di nuovo. Passatele infine nell'uovo e nel pangrattato.
• **Friggete** gli arancini in olio bollente e scolateli su carta assorbente da cucina. Impiattate, guarnite con qualche foglia di prezzemolo e servite.

Fritte

fritti in 5 minuti

IL METODO INFALLIBILE

UOVA SODE: dall'acquisto alla cottura, le regole per non sbagliare un colpo

ACQUISTO: fate attenzione all'etichetta e ai codici posti sulle confezioni delle uova. Il codice **«0»** indica uova **biologiche** di galline allevate all'aperto; **«1»** allevamento **all'aperto** non biologico; **«2»** allevamento **a terra**; **«3»** uova provenienti da galline allevate in **gabbia**.

OCCHIO ALLA FRESCHEZZA: la dicitura **«Categoria A extra»** identifica uova freschissime non refrigerate e da utilizzare fino a una settimana dalla data di imballaggio o al nono giorno dalla deposizione; **«Categoria A»** uova fresche non refrigerate che possono essere vendute non oltre il ventunesimo giorno dalla data di deposizione; **«Categoria B»** uova destinate all'industria di trasformazione e non al commercio al dettaglio.

COTTURA: mettete le uova in un pentolino capiente e fatele cuocere dai 7 ai 10 minuti a partire dal bollore. Non è consigliabile immergere le uova nell'acqua bollente, perché questo potrebbe portare alla rottura del guscio.

FATE FREDDARE LE UOVA: una volta cotte, scolate le uova, passatele sotto un getto di acqua fredda e poi lasciatele in ammollo in acqua per almeno 20 minuti. Trascorso questo tempo, prelevatele e sgusciatele.

SGUSCIATELE: 3 modi per farlo senza il rischio di romperle.
- **Metodo Classico:** battete delicatamente le uova su un piano di lavoro e rompete il guscio da entrambe le estremità. Quindi, cominciando dall'estremità più larga, rimuovete sia il guscio sia la membrana bianca.
- **Metodo Rapido:** raccogliete un uovo sodo alla volta in un bicchiere di vetro. Riempitelo di acqua, coprite con la mano e agitate velocemente: il guscio scomparirà e l'uovo rimarrà intatto.
- **Metodo Divertente:** battete delicatamente le uova, sia la punta sia il fondo, su un piano di lavoro. Praticate due fori, uno più piccolo e uno più grande, e soffiate: l'uovo schizzerà fuori dal guscio in un solo colpo!

CONSERVAZIONE: è preferibile mangiare subito le uova sode. Se proprio dovete mangiarle 1 o 2 giorni dopo, conservatele in frigo senza sgusciarle.

Tutto l'utile e il dilettevole
che vi aspetta sugli scaffali

La **Molisana** presenta il nuovo spaghetto triangolare il **trighetto**. 100% grano italiano decorticato a pietra. 500 g. **€1,15**.

Mozzarella Latte Fieno di Brimi prodotta con il latte fresco da fieno proveniente dai masi di montagna dell'Alto Adige. 100 g. **€1,29**.

Olive verdi snocciolate di **Ponti**. Vasetto in vetro da 290 g. **€1,65** circa.

Le **Saracene Balocco**, golosi frollini confezionati con farina integrale e ghiotte gocce di cioccolato fondente. 700 g. **€2,99** circa.

Novità in casa **Kinder**. Nasce **Kinder Yogurt'IN**, il nuovo snack fresco con un cuore di yogurt alla greca e alla frutta, in due varianti di gusto: mango & maracuja e mirtillo & cranberry. **€1,99**.

Crazy Cocco è l'originale snack di croccanti chips di cocco, tostate e leggermente salate, disponibile nel pratico formato monoporzione da 20 g. Distribuito da **Euro Company**. **€1.50**.

Frullà mela fragola e banana: 100% frutta fresca frullata senza conservanti e zuccheri aggiunti. Confezione da 100 g. **€0,65**.

MyBioma è il primo cornetto di **Cupiello** ricco di gusto e benessere. Altamente digeribile e ricco di fibre provenienti da 10 fonti diversi (piselli, patate, bambù, semi di lino…), garantisce la diversità del microbioma intestinale. Confezione da 4 cornetti. **€3,50**.

Nuova gamma di **bioYogurt** della **Latteria Vipiteno**. Disponibie, nel formato da 250 g, in 4 varianti di gusto: mela e cannella; mango e curcuma; lime e zenzero, e cocco e mandorle. **€1,19**.

Ma che bontà
Saporiti e dal gusto leggermente amaragnolo, i carciofi, squisiti al naturale, ripieni o fritti in pastella, si prestano in cucina agli usi più svariati: dalla pastiera, rivisitata, in versione salata e gourmet, ai più golosi sformati o pasticci di crêpes
7 ricette con i carciofi
Prepara in anticipo e surgela le porzioni
6,60€
6 porzioni
Très chic
Pastiera salata

Pastiera salata

Ingredienti per 6 persone
Per la frolla salata: 250 g di **farina 00**
70 g di **burro** • 1 **uovo** • 1 **tuorlo** • 1 pizzico di **sale** • 1 pizzico di **lievito in polvere per torte salate** • **latte**. Per la farcia: 200 g di **grano cotto per pastiera** • 300 g di **ricotta di pecora**
200 ml di **latte** • 50 g di **pecorino grattugiato**
50 g di **salame** • 30 g di **burro** • 2 **carciofi già puliti** • 1 **uovo** • 1 ciuffo di **prezzemolo**
1/2 spicchio di **aglio**
olio extravergine di oliva • **sale e pepe**

Preparazione
• **Per la frolla**: raccogliete in un mixer la farina, il burro, l'uovo, il tuorlo, il sale e il lievito, e iniziate a impastare versando a filo il latte necessario a ottenere un panetto omogeneo. • **Avvolgetelo** nella pellicola trasparente e trasferitelo in frigo per circa un'ora. • **Fate rosolare** l'aglio in una casseruola con un filo di olio e il prezzemolo tritato; unite i carciofi, tagliati a fettine sottili, e fateli cuocere finché non risulteranno teneri. Spegnete e fate raffreddare. • **Raccogliete** il grano in una casseruola con il latte e il burro. Mettete sul fuoco e lasciate cuocere a fiamma bassa finché non avrà assunto la consistenza di una crema. • **Spegnete** e fate intiepidire, quindi unite la ricotta, i carciofi, il pecorino, l'uovo e il salame, tritato finemente, e amalgamate. Salate e pepate. • **Stendete** la frolla e rivestite una teglia da 24 cm di diametro. Farcitela con il composto di carciofi e copritela con delle strisce di impasto avanzato. • **Infornate** a 180 °C e fate cuocere per circa 40 minuti. Sfornate e lasciate intiepidire, quindi sformate, tagliate a fette e servite.

Come pulire i carciofi?

Sfogliate i carciofi, eliminando le brattee esterne più dure, fino a quelle più tenere. Con uno spelucchino a lama curva tornite i carciofi nella parte del gambo, nella base e nella parte superiore delle foglie. Tagliateli a metà ed eliminate il fieno interno con un coltello o un cucchiaino (nel caso in cui vi servano interi). Trasferite i carciofi puliti nell'acqua acidulata con il succo di limone, per evitare che anneriscano, fino al momento della cottura.

Operazione salvaspesa

1 Prodotto per 10 (e più) ricette

Risotti: ma anche pasta, lasagne, crêpes… i carciofi si sposano bene sia con primi piatti a base di verdure, che con la carne o il pesce.

Vellutate: i gambi e le parti più tenere del carciofo, cotti in padella e frullati con ortaggi, brodo vegetale e patate lesse, danno vita a cremose vellutate.

Ripieni: svuotati e golosamente farciti con ripieni a base di carne, pesce o formaggi, vengono cotti al forno o in padella.

Fritti: possono essere preparati interi (carciofi alla giudia) o tagliati a spicchi e passati nella pastella.

Sott'olio: i cuori dei carciofi, più teneri e morbidi, si prestano a preparazioni sott'olio o sott'aceto.

Vignarola: tipico contorno romano a base di carciofi, piselli e fave.

Quiche: tagliati a spicchi e trifolati in padella, conferiscono un sapore unico a torte e pizze salate.

Sformati: come il flan di carciofi, da servire come appetizer in abbinamento a salse e fondute di formaggi.

Infuso detox: le foglie dei carciofi possono essere utilizzate per preparare infusi e tisane detox o brodi vegetali.

cotta in 60 minuti

0,80€ a porzione

Sformatino▲ di carciofi con salsa di pecorino

Ingredienti per 4 persone
4 **carciofi** • 2 **uova** • 100 g di **mascarpone**
40 g di **parmigiano grattugiato** • 1 **limone**
1 spicchio di **aglio** • 1 ciuffo di **prezzemolo**
olio di semi di arachide • **burro** • **olio extravergine di oliva** • **sale e pepe**
Per la salsa al pecorino: 200 ml di **latte**
100 g di **pecorino grattugiato**
1 cucchiaino di **amido di mais**

Preparazione
• **Mondate** 3 carciofi, tagliateli a julienne e raccoglieteli in una ciotola con acqua acidulata con succo di limone. • **Scolateli** e conditeli con l'aglio, il prezzemolo tritato, un pizzico di sale e un filo di olio, e mescolate. Trasferiteli in una padella ben calda, incoperchiate e fate saltare su fiamma vivace per 10 minuti. Spegnete e fate raffreddare. • **Mescolate** in una ciotola le uova con il mascarpone e un pizzico di sale. Unite i carciofi e frullate. • **Versate** il composto negli stampini, già imburrati e spolverizzati con il parmigiano, e infornate a 140 °C per 40 minuti. Sfornate e fate raffreddare. • **Per la salsa al pecorino**: raccogliete il latte e il pecorino in un pentolino, e fate sciogliere a bagnomaria. Unite l'amido, sciolto in poca acqua fredda, e fate cuocere fino a ottenere una salsa densa. Tagliate il carciofo restante a julienne e friggetelo in olio di semi bollente. Scolate e fate asciugare su carta assorbente da cucina. Velate i piatti con la salsa al pecorino e adagiate sopra lo sformatino. Guarnite con i carciofi fritti, profumate con un po' di pepe e servite.

Torta rustica con carciofi e pancetta

Ingredienti per 4-6 persone
300 g di **pasta brisée** • 12 fette di **pancetta tesa** • 4 **uova**
4 dl di **panna fresca**
100 g di **parmigiano** • 6 **carciofi**
1 **limone** • 2 spicchi di **aglio**
farina • **burro** • **olio extravergine di oliva** • **sale e pepe**

Preparazione
• **Pulite** i carciofi e raccoglieteli in una ciotola con acqua fredda acidulata con il succo di limone. • **Lasciateli** in ammollo per una mezz'ora. Scolateli, trasferiteli in un contenitore e conditeli con un pizzico di sale e di pepe, 4 cucchiai di olio e l'aglio. • **Mescolate** per bene e fate saltare in una padella a fuoco vivace. Sbattete le uova in una ciotola con un pizzico di sale e di pepe. • **Incorporate** la panna e il parmigiano, e mescolate. Unite la metà dei carciofi cotti e frullate per bene il tutto. • **Imburrate** e infarinate 1 stampo da 18 cm di diametro e foderatelo con la pasta brisée. Sistemate sopra le fette di pancetta, avendo cura di coprire bene sia il fondo sia i lati. • **Distribuite** i carciofi in modo uniforme e versate sopra il composto di uova, panna e carciofi frullati. • **Infornate** a 160 °C e fate cuocere per circa 1 ora. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate raffreddare per almeno 10 minuti, quindi sformate, portate in tavola e servite.

Pasticcio di crêpes e carciofi con besciamella e crumble di mandorle

Ingredienti per 4 persone
2 **carciofi** • 1 **scamorza**
80 g di **parmigiano grattugiato**
1 ciuffo di **prezzemolo** • 1 spicchio di **aglio** • **besciamella allo zafferano**
olio extravergine di oliva • **sale e pepe**
Per il crumble: 50 g di **mollica di pane** • 50 g di **mandorle**
olio extravergine di oliva
Per le crêpes: 3 **uova** • 250 g di **farina 00**
500 ml di **latte** • **burro** • **sale e pepe**

Preparazione
• **Per le crêpes**: setacciate la farina in una ciotola, aggiungete un pizzico di sale e le uova, sbattute, e iniziate a mescolare. • **Versate** gradualmente il latte e una noce di burro fuso, e amalgamate. Regolate di sale e di pepe. • **Fate scaldare** pochissimo burro in una padella. Versate un mestolino di pastella per coprire il fondo e fate cuocere la crêpe da un lato, quindi capovolgetela e portate a cottura. • **Levate** e procedete a realizzare le altre crêpes fino a esaurimento della pastella. • **Fate rosolare** l'aglio in una padella con un filo di olio; unite i carciofi, mondati e fatti a fettine, profumate con il prezzemolo tritato e fate trifolare per 10 minuti. Spegnete e aggiustate di sale e di pepe. • **Per il crumble**: fate tostare la mollica di pane sbriciolata e le mandorle in una padella con un filo di olio. Levate e tenete da parte. • **Distribuite** uno strato di crêpes all'interno di uno stampo a cerniera che abbia la stessa misura. • **Farcite** con i carciofi trifolati, la besciamella allo zafferano, la scamorza a cubetti e il parmigiano, e proseguite a realizzare gli strati fino a esaurimento degli ingredienti. • **Cospargete** la superficie con il crumble e infornate a 180 °C per circa 25 minuti. • **Sfornate**, trasferite in un piatto da portata e servite.

Besciamella allo zafferano

Fate fondere **50 g di burro** in un pentolino, unite **40 g di farina 00** e fate tostare. Quando avrà assunto un bel colore brunito, versate **500 ml di latte caldo** e fate cuocere fino ad addensamento. **Salate**, **pepate** e aromatizzate con **una bustina di zafferano**, sciolto in **un cucchiaio di latte caldo**.

4,20€
4 porzioni

Carciofi ripieni alla ligure con funghi e pane raffermo

Ingredienti per 4 persone
4 **carciofi grandi** (oppure 8 **piccoli**)
250 g di **funghi misti tra champignon e pioppini** • 150 g di **pane raffermo**
2 cucchiai di **parmigiano grattugiato**
1 **uovo** • 1 spicchio di **aglio**
1 ciuffo di **prezzemolo** • 1 **limone**
latte • **olio extravergine di oliva**
sale e pepe

Preparazione
• **Pulite** i funghi e affettateli. Fate rosolare l'aglio in una padella con un filo di olio; unite i funghi, profumate con un po' di prezzemolo tritato e fate trifolare a fiamma vivace per una decina di minuti. • **Mondate** intanto i carciofi ed eliminate le foglie esterne più dure e le punte; tagliate i gambi e immergeteli man mano in acqua acidulata con succo di limone. • **Amalgamate** il pane, ammollato in un goccio di latte e ben strizzato, con i funghi, l'uovo e il parmigiano. • **Aggiustate** di sale e di pepe, e farcite i carciofi. Sistemate i carciofi farciti in una casseruola e unite un filo di olio e qualche cucchiaio di acqua. • **Mettete** sul fuoco e fate cuocere a fiamma bassa per circa 30 minuti, o comunque finché non risulteranno ben teneri. Distribuiteli nei piatti da portata e servite.

1,90€ a porzione

5,90€ 4 porzioni

Straccetti di vitello ▲ ai carciofi

Ingredienti per 4 persone
350 g di **fettine di vitello** • 4 **carciofi**
1 **limone** • qualche foglia di **mentuccia**
qualche foglia di **prezzemolo** • 1 spicchio di **aglio** • **pecorino a scaglie** • **olio extravergine di oliva** • **sale e pepe**

Preparazione
• **Mondate** i carciofi, tagliateli a metà, eliminate il fieno interno e raccoglieteli in una ciotola con acqua acidulata con succo di limone. • **Scolate** accuratamente i carciofi, tagliateli a julienne e conditeli con un pizzico di sale, le erbe aromatiche, tritate, l'aglio e un filo di olio. • **Fate scaldare** il fondo di una casseruola; unite i carciofi conditi, incoperchiate e fate saltare a fuoco vivace. Quando i carciofi inizieranno a rosolare, abbassate la fiamma e terminate la cottura. • **Coprite** con un foglio di pellicola trasparente e fate riposare. • **Battete** le fettine di vitello con un batticarne e ricavate tanti straccetti. Fate scaldare un filo di olio in una padella, disponete gli straccetti e fateli rosolare da entrambi i lati per qualche minuto. Salate, unite i carciofi e fate insaporire per appena 1 minuto. • **Distribuite** gli straccetti nei piatti da portata, completate con il pecorino in scaglie, pepate e servite.

Carciofi in pastella allo zenzero

Ingredienti per 4 persone
4 **carciofi** • 1 **limone**
olio di semi di arachide
Per la pastella: 150 g di **farina 00**
150 g di **amido di mais**
1 cucchiaio di **zenzero in polvere**
300 ml di **acqua minerale**
sale

Preparazione
• **Mondate** i carciofi, tagliateli a spicchi e raccoglieteli in una ciotola con acqua acidulata con succo di limone per almeno 2 ore. • **Preparate la pastella**: raccogliete gli ingredienti secchi in una ciotola e miscelateli. Versate a filo l'acqua minerale e mescolate con una frusta, fino a ottenere un composto fluido. Trasferite in frigorifero fino al momento dell'utilizzo. Trascorso il tempo di riposo, scolate gli spicchi di carciofo e asciugateli per bene.
• **Passateli** nella pastella e friggeteli in olio di semi ben caldo. Quando saranno ben dorati, scolateli e fateli asciugare su carta assorbente da cucina. • **Trasferite** i carciofi ben caldi in un piatto da portata, accompagnate con la salsa di yogurt piccante e servite.

Accompagnate con...
Salsa di yogurt piccante

Mescolate **125 g di yogurt greco** con **1 cucchiaio di peperoncino in polvere**, il **succo di 1/2 limone** e **un pizzico di sale**. Mescolate bene e servite.

6 FANTASIE di PANE

Pani deliziosi e fragranti, perfetti per la tavola pasquale o per il brunch del lunedì dell'Angelo, tutti golosamente arricchiti da salumi, formaggi ed erbe aromatiche

Per il picnic di Pasquetta

Fior di pane con salmone stracchino ed erba cipollina

Stupite tutti con 3,99€

Per la colazione di Pasqua

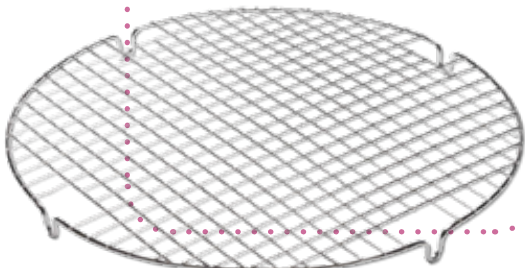
180 °C in 40 minuti

◂Fior di pane con salmone stracchino ed erba cipollina

Ingredienti per 4 persone
500 g di **farina 0** (più altra per spolverizzare) • 260 g di **acqua**
20 ml di **olio extravergine di oliva**
100 g di **salmone affumicato**
100 g di **stracchino** • 15 g di **lievito di birra fresco** • 10 g di **sale**
qualche filo di **erba cipollina**
semi di papavero • **latte**

Preparazione
• **Sciogliete** il lievito nell'acqua a temperatura ambiente. Incorporate gradualmente la farina, l'olio e poi il sale, e impastate per una decina di minuti.
• **Formate** una palla, copritela con una ciotola e lasciate lievitare per circa un'ora. Trasferite l'impasto su un piano di lavoro, infarinato, e stendetelo fino a ottenere una sfoglia rettangolare spessa 1/2 cm.
• **Distribuite** sopra lo stracchino a ciuffetti, il salmone a listerelle e l'erba cipollina, tritata. Avvolgete il rettangolo su se stesso e formate un rotolo. • **Sistemate** il rotolo in verticale di fronte a voi e con un paio di forbici tagliatelo in diagonale in modo da ottenere 6 porzioni/petali. Prendete una porzione e chiudetela in modo da formare un sacchetto: sarà il centro del fiore. Sistemate 5 petali su una leccarda, foderata con carta forno, mettendo al centro il sacchetto con la chiusura verso il basso. Coprite con un foglio di pellicola trasparente e fate lievitare per circa un'ora. • **Spennellate** con un po' di latte e cospargete la parte centrale con un po' di semi di papavero. • **Infornate** in forno statico a 180 °C per circa 30-40 minuti. Sfornate e fate intiepidire su una gratella prima di servire.

Utensile furbo

Griglia in acciaio, indispensabile in cucina per il raffreddamento di pani e dolci appena sfornati, di Patisse.

Treccia al cacao e miele con provolone piccante e pomodori secchi

Ingredienti per 4 persone
480 g di **farina 0** (più altra per spolverizzare) • 20 g di **cacao amaro in polvere** • 30 g di **burro a temperatura ambiente**
300 g di **acqua** • 15 g di **lievito di birra fresco** • 100 g di **provolone piccante** • 10 **pomodorini secchi già ammollati** • 10 g di **sale**
miele di castagno

Preparazione
• **Sciogliete** il lievito nell'acqua a temperatura ambiente. Incorporate gradualmente la farina, il cacao, il burro in fiocchi e poi il sale.
• **Impastate** per una decina di minuti, formate una palla, copritela con una ciotola e fatela lievitare per circa un'ora. • **Trasferite** l'impasto su un piano di lavoro, infarinato, e stendetelo in una sfoglia rettangolare spessa 1/2 cm. Distribuite uno strato sottile di miele. • **Cospargete** con i pomodorini secchi e il provolone, tagliato a cubetti, e pressate gli ingredienti con il palmo delle mani.
• **Avvolgete** il rettangolo su se stesso, partendo dal lato lungo, e formate un rotolo. Sistemate il rotolo in verticale di fronte a voi e con una lama tagliente tagliatelo a metà lasciando solo qualche centimetro iniziale intatto.
• **Intrecciate** le due parti delicatamente, avendo cura di posizionare gli strati verso l'alto e di non far scivolare fuori tutta la farcia. • **Trasferite** la treccia ottenuta su una teglia, foderata con carta forno, coprite con pellicola trasparente e fate lievitare per circa un'ora. Infornate a 180 °C per 30-40 minuti, o comunque fino a doratura. • **Sfornate** e fate intiepidire su una gratella, e servite.

Tips & Tricks

Fate cuocere i pulcini in forno statico e sul livello medio.

Per i piccoli di casa

0,18€ al pezzo

Pulcini al burro e zafferano

Ingredienti per circa 6 pulcini
600 g di **pasta di pane**
2 bustine di **zafferano**
olive nere snocciolate
burro fuso

Preparazione

• **Incorporate** gradualmente alla pasta di pane lo zafferano, sciolto in un goccio di acqua calda, e amalgamate bene.
• **Dividete** l'impasto in porzioni da circa 100 g l'una. Stendete ogni porzione formando un cordoncino spesso circa 2 cm e lungo10 cm. • **Formate** con ogni cordone un nodo: cercate di dare all'estremità superiore del cordone che fuoriesce dal nodo una forma tondeggiante e pizzicatela con decisione solo su un lato, formando il becco.
• **Schiacciate**, invece, l'estremità inferiore del nodo e intagliatela, realizzando la coda. Trasferite i pulcini su una teglia con carta forno e spennellateli con il burro fuso. • **Incastonate** 2 pezzetti di oliva al posto degli occhi dei pulcini, aiutandovi con uno stecchino.
• **Infornate** a 190 °C e fate cuocere per circa 30 minuti. Sfornate e servite.

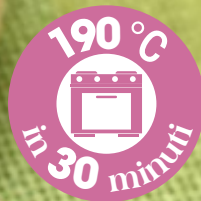
L'alleato in cucina

Zafferano in polvere Crai. 3 bustine da 0,1 g cad. *€ 1,99*.

Coniglietti alla ricotta

Ingredienti per circa 15 coniglietti
460 g di **farina integrale**
100 g di **ricotta vaccina**
60 g di **latte** • 160 g di **acqua**
40 g di **olio extravergine di oliva** (più altro per spennellare)
1/2 cubetto di **lievito di birra**
1/2 cucchiaino di **zucchero**
10 g di **sale** • **olive nere snocciolate**

Preparazione
• **Sciogliete** il lievito e lo zucchero nell'acqua, miscelata al latte a temperatura ambiente. Incorporate gradualmente la farina, poi la ricotta, ben sgocciolata, l'olio e infine il sale, e impastate per una decina di minuti finché il composto non sarà elastico. • **Formate** una palla, copritela con una ciotola e fatela riposare in un luogo tiepido per un'ora. • **Sgonfiate** l'impasto con i polpastrelli e formate un rotolo. Per ogni coniglietto dovrete prelevare 1 porzione da 60 g per il corpo, 1 porzione da 25 g per la testa e una da 10 g per la coda. Prendete la porzione per il corpo e ricavate un cordoncino lungo circa 15 cm. • **Avvolgetelo** su se stesso e formate una chiocciola. • **Trasferitela** su una leccarda, foderata con carta forno, con la parte terminale verso sinistra. Prendete la porzione per la coda, formate una pallina, inumidite leggermente la base e mettetela sulla chiocciola. • **Formate**, infine, una pallina con la porzione della testa. Allungatela leggermente a forma di goccia e intagliatela per metà formando le orecchie. Inumidite anche questa alla base e sistematela sulla chiocciola. • **Spennellate** i coniglietti con un goccio di olio e copriteli delicatamente con pellicola trasparente. • **Fateli riposare** in un luogo riparato per circa 30 minuti. Eliminate la pellicola e incastonate un pezzetto di oliva al posto dell'occhio, aiutandovi con uno stecchino. • **Infornate** i coniglietti a 190 °C, in forno statico e sul livello medio, e fate cuocere per circa 30 minuti. • **Sfornate**, trasferite su una gratella e fate raffreddare. Decorate con un nastrino colorato e servite.

Prepara in anticipo e surgela

190 °C in 30 minuti

Mini tortani pasquali

Ingredienti per circa 10 tortani
500 g di **farina tipo 0** • 270 g di **acqua**
50 g di **pecorino grattugiato** • **strutto**
1/2 cubetto di **lievito di birra**
1/2 cucchiaino di **zucchero**
10 g di **sale** • 300 g di **caciocavallo a cubetti** • 300 g di **salame a cubetti**
20 **uova di quaglia sode** • 10 **uova di quaglia fresche** • **pepe**

Preparazione
• **Sciogliete** il lievito nell'acqua a temperatura ambiente con lo zucchero. Incorporate la farina, il pecorino, 50 g di strutto e infine il sale. • **Impastate** bene, formate una palla e fate riposare, coperta, per un'ora. • **Formate** quindi un rotolo e dividetelo in porzioni da 90 g l'una. Formate con ciascuna un cordone e stendetelo con un matterello fino a ottenere un rettangolo stretto e lungo circa 30 cm. • **Cospargete** la superficie di ogni rettangolo con un po' di strutto. Distribuite sopra le uova sode, tagliate a metà, qualche cubetto di salame e di caciocavallo, e una macinata di pepe. • **Avvolgete** ogni rettangolo su se stesso, partendo dal lato lungo, in modo da formare un salame. • **Ricongiungete** le estremità, formando un anello, e trasferite su una teglia con carta forno. Coprite con un canovaccio e fate lievitare per circa 30 minuti. • **Sistemate** sopra un uovo di quaglia, incastonandolo nel punto di giuntura dell'anello, e cospargete con un po' di strutto. Infornate a 190 °C per 30 minuti. Sfornate e servite.

Idea WOW!

Ricette cool a costo zero da fare con ciò che già avete

Fiorellini segnaposto alle erbe aromatiche

Ingredienti per 4-6 fiorellini

✓ In frigo:
160 g di **impasto al pecorino** (avanzato dal tortano)

✓ In dispensa:
erbe miste essiccate a piacere (**rosmarino**, **menta**, **salvia**, **timo**...)

Preparazione
• **Incorporate** le erbe aromatiche all'impasto. Prelevate 5 porzioni da circa 15 g l'una per i petali e 1 porzione da 18 g per il centro del fiore. Foderate due teglie con carta forno. • **Stendete** ogni porzione di petalo formando un cordoncino non troppo lungo. • **Richiudete** pizzicando le estremità del cordoncino, formando una goccia, e sistemate il petalo, ottenuto sulla teglia. • **Raggruppate** 5 petali per ogni fiore facendo convergere le estremità pizzicate. • **Formate** infine una pallina con la porzione di impasto restante e adagiatela al centro di ogni fiore inumidendo leggermente la base. • **Spennellate** la superficie dei fiori ottenuti con un po' di burro fuso e infornate a 190 °C per circa 30 minuti. • **Sfornate**, trasferite su una gratella e fate raffreddare prima di servire.

FACILE
ISSIMA
CUCINA
Crostate
golose

Crostata ai mirtilli

Ingredienti per 6-8 persone: **500 g di pasta frolla, 150 g di confettura di mirtilli, zucchero a velo, 50 g di mirtilli, burro, farina**

Preparazione

■ Stendete 2/3 della pasta frolla a 5 mm di spessore e foderate con questa uno stampo a cerniera da 22 cm di diametro, già imburrato e infarinato. Ritagliate la pasta in eccesso e bucherellate il fondo con i rebbi di una forchetta. Stendete i ritagli e la frolla tenuta da parte, e realizzate con questa tante strisce di pasta (alcune più larghe e altre più sottili).

■ Intrecciate le strisce di pasta su un foglio di carta forno e realizzate la classica griglia. Farcite la crostata con la confettura di mirtilli e fate scivolare la griglia sulla tortiera. Trasferite in frigo e fate riposare per 2 ore. Infornate quindi a 180 °C per circa 30 minuti o fino a doratura. Sfornate e lasciate raffreddare. Sformate, spolverizzate con lo zucchero a velo, guarnite con i mirtilli freschi e servite.

Crostata arlecchino

Ingredienti per 6-8 persone:
250 g di farina 00, 75 g di zucchero, 125 g di burro
1 uovo, 1 tuorlo, la scorza di 1 limone grattugiata
marmellata di albicocca, di prugne, di arancia e di fragole
Per la decorazione: **frutta secca mista, 1 ciuffo di menta**

Preparazione

■ Disponete la farina a fontana, mettete al centro lo zucchero, il tuorlo e l'uovo intero, il burro a pezzetti e la scorza di limone, e impastate fino a ottenere un composto liscio e omogeneo. Formate una palla, rivestite con pellicola trasparente e lasciate riposare in frigorifero per 30 minuti. Stendete la pasta frolla allo spessore di 1 cm.

■ Mettetela in uno stampo per crostata e con la pasta in eccesso ricavate tante striscioline larghe 1 cm. Spalmate le marmellate creando un mosaico e poi create una griglia con le striscioline di pasta frolla. Infornate a 180 °C e fate cuocere per 35 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate la crostata e lasciate raffreddare. Decorate a piacere con la frutta secca mista e la menta, e servite.

Crostata ai kiwi

Ingredienti per 6-8 persone:
500 g di pasta frolla, 4 kiwi, 500 g di crema pasticciera
Vi servono inoltre: **burro e farina**

Preparazione

■ Imburrate e infarinate uno stampo da 22 cm di diametro. Stendete 2/3 della pasta frolla in una sfoglia sottile, foderate lo stampo, eliminando la pasta in eccesso, e bucherellate il fondo con i rebbi di una forchetta. Lavorate la pasta frolla rimasta con i ritagli, stendetela in una sfoglia sottile e con il coppapasta tagliate tanti fiori.

■ Versate la crema nella base della crostata e riempite con i kiwi, sbucciati e tagliati a fette (potete anche aggiungere dei mirtilli secchi). Coprite i kiwi con i fiori di frolla, sovrapponendoli leggermente e partendo dall'esterno verso l'interno (ma lasciate uno spazio aperto al centro della crostata). Infornate a 180 °C e fate cuocere per 30-40 minuti. Levate, lasciate raffreddare e servite.

Frolla di farro ai frutti rossi

Ingredienti per 6-8 persone. *Per la frolla speziata:* **300 g di farina di farro, 130 g di burro, 80 g di zucchero di canna, 2 uova cannella in polvere.** *Per la farcitura:* **200 g di frutti rossi (fragole, mirtilli, lamponi), 70 g di confettura di frutti rossi**
Vi servono inoltre: **zucchero a velo, burro, farina**

Preparazione

■ Raccogliete in un robot da cucina la farina di farro con lo zucchero di canna e 1 cucchiaino di cannella in polvere. Aggiungete il burro freddo, tagliato a cubetti, e lavorate fino a ottenere un impasto bricioloso. Unite quindi le uova e amalgamate bene fino a ottenere un panetto liscio e omogeneo. Formate una palla, coprite con pellicola trasparente e lasciate riposare in frigo per una mezz'ora.Trascorso il tempo di riposo, stendete la frolla a 5 mm di spessore e rivestite con questa uno stampo a cerniera da 22 cm di diametro, imburrato e infarinato.

■ Trascorso il tempo di riposo, stendete la frolla a 5 mm di spessore e rivestite con questa uno stampo a cerniera da 22 cm di diametro, imburrato e infarinato. Ritagliate la pasta in eccesso e bucherellate il fondo con i rebbi di una forchetta.Trasferite in frigo per una mezz'ora, quindi velate la base della crostata con la confettura e riempitela con i frutti rossi. Fate la classica griglia con i ritagli di pasta e ponete in freezer per 2 ore. Infornate quindi a 180 °C per circa 35 minuti. Sfornate, sformate e lasciate raffreddare. Spolverizzate con lo zucchero a velo e servite.

Crostata bicolore all'uva

Ingredienti per 4-6 persone: **400 g di pasta frolla, burro**
Per la crema al profumo di grappa: **400 ml di latte**
100 ml di panna fresca, 100 g di tuorli, 150 g di zucchero
50 g di amido di riso, 2 cucchiai di grappa
Per la decorazione: **uva bianca, uva nera, meringhe**

Preparazione

■ Stendete la frolla e foderatevi uno stampo rettangolare per crostata, imburrato. Coprite con un foglio di carta forno e i fagioli secchi, infornate a 160 °C e fate cuocere per 20 minuti. Levate e lasciate raffreddare. Per la crema: portate a bollore il latte con la panna e metà zucchero; a parte lavorate i tuorli con lo zucchero restante, aggiungete l'amido e poi la grappa.

■ Versate il liquido caldo, mescolate e rimettete sul fuoco. Fate cuocere per circa 3 minuti, quindi levate e fate raffreddare. Farcite la base di frolla con la crema e guarnite la superficie con l'uva bianca e nera, lavata e tagliata a metà. Decorate con le meringhe sbriciolate e servite.

Crostata alla frutta

Ingredienti per 6-8 persone: **400 g di pasta frolla**
200 g di pan di Spagna, 1 bicchiere di liquore all'arancia
Per la crema chantilly: **200 g di crema pasticciera**
150 g di panna montata
Per la decorazione: **frutta fresca a piacere, zucchero a velo**
Vi servono inoltre: **burro e farina**

Preparazione

■ Stendete la frolla in una sfoglia sottile e foderate con questa uno stampo da 22 cm di diametro, imburrato e infarinato. Bucherellate la base con i rebbi di una forchetta, coprite con un foglio di carta forno, riempite con i fagioli secchi e infornate a 170 °C per 15 minuti. Eliminate quindi i fagioli e la carta, e completate la cottura per altri 15 minuti, poi sfornate e lasciate raffreddare.

■ Per la crema chantilly: incorporate delicatamente la panna montata alla crema. Trascorso il tempo di cottura, sfornate la crostata, sformatela e farcitela con metà crema chantilly. Coprite con il pan di Spagna tagliato a fette sottili, bagnato con il liquore all'arancia, e completate con la chantilly rimasta. Guarnite con frutta fresca a piacere, spolverizzate con zucchero a velo e servite.

Crostata di albicocche e fragoline di bosco

Ingredienti per 4 persone: **250 g di pasta sfoglia, 1/2 l di latte, 5 tuorli, 1 dl di moscato dolce (non frizzante), 100 g di zucchero 25 g di amido di mais, 25 g di amido di riso, 1 ciuffo di menta, albicocche, fragoline di bosco, gelatina**

Preparazione

■ In una ciotola raccoglietete gli amidi, diluite con il moscato freddo e mescolate bene finché si saranno sciolti tutti i grumi; incorporate i tuorli, continuando a mescolare. Scaldate il latte con lo zucchero, quindi versate a filo nel composto preparato, mescolando energicamente per non fare raggrumare i tuorli.

■ Trasferite in un tegame, mettete su fiamma dolce e fate addensare, amalgamando con una frusta a mano. Togliete dal fuoco e fate intiepidire. Tirate la pasta sfoglia molto sottile e rivestite uno stampo rettangolare e stretto con i bordi scanalati, eliminando la pasta in eccesso.

■ Farcite con la crema al moscato. Con la pasta in eccesso create tante striscioline e disponetele sulla placca del forno. Infornate tutto a 180 °C e fate cuocere per 30 minuti. Trascorso il tempo, levate e lasciate raffreddare.

■ Sformate la torta e disponete sopra i filoncini di pasta (dovrete dividere la crostata in tanti triangoli o spicchi). Tagliate i filoncini che sbordano e guarnite con la frutta, alternandola: in un triangolino mettete le fragoline, nell'altro le albicocche tagliate a spicchi sottili, e così via. Glassate con la gelatina, guarnite con foglioline di menta e servite.

Crostata di fichi

Ingredienti per 6 persone: **400 g di pasta frolla, 200 g di amaretti, 800 g di fichi 200 ml di panna fresca, 1 tuorlo 50 g di zucchero, rum, burro, farina**

Preparazione

■ Imburrate e infarinate uno stampo per crostata da 26 cm di diametro. Stendete la pasta in una sfoglia spessa 3 mm, foderate lo stampo e punzecchiate la pasta con una forchetta. Lavate i fichi, asciugateli, togliete il picciolo e tagliateli a spicchi. Sbriciolate gli amaretti. Distribuite metà degli amaretti nella base, adagiatevi i fichi, coprite con gli amaretti rimasti e spruzzateli con un po' di rum.

■ Mettete in forno caldo a 180 °C e fate cuocere per circa 30 minuti. Montate il tuorlo con lo zucchero e incorporate la panna. Levate la crostata dal forno e versate il composto. Rimettete in forno e completate la cottura per 20 minuti. Trascorso il tempo, levate, lasciate raffreddare, sformate la crostata e servitela.

Crostata di nespole e confettura di fiori di zucca

Ingredienti per 6-8 persone: **450 g di pasta frolla, 200 g di fiori di zucca 350 g di zucchero, 1/2 mela, il succo di 1/2 limone, 1 bacca di vaniglia, 20 g di acqua**
Per la farcia: **200 g di mandorle, 2 uova 100 g di latte, 80 g di zucchero 12 nespole, 1 limone**

Preparazione

■ Per la confettura: pulite i fiori di zucca e tritateli; raccoglieteli in una casseruola con lo zucchero, la mela grattugiata, il succo di limone, i semi della bacca di vaniglia e l'acqua. Mettete sul fuoco e, aiutandovi con un termometro da cucina, portate dolcemente alla temperatura di 105 °C. Spegnete e lasciate riposare.

■ Preparate la farcia: nel bicchiere di un mixer raccogliete le mandorle, lo zucchero, le uova, il succo del limone, il latte e le nespole, pelate e private del nocciolo, e frullate per bene. Stendete la pasta frolla e rivestite uno stampo per crostata (dal diametro di 24 cm), versate la farcia e infornate a 160 °C per circa 20 minuti. Sfornate e lasciate intiepidire. Distribuite sulla crostata un velo di confettura ai fiori di zucca, lasciate raffreddare a temperatura ambiente e servite.

Frolla alle uova sode con confettura di ciliegie

Ingredienti per 4-6 persone: **200 g di farina, 180 g di burro freddo, 80 g di zucchero a velo vanigliato, 4 uova sode 300 g di confettura di ciliegie, la scorza di 1 limone, sale**

Preparazione

■ Lavorate in un mixer la farina con il burro a pezzetti, fino a ottenere un composto piuttosto "sabbioso". Unite lo zucchero, la scorza del limone grattugiata, un pizzico di sale e i tuorli delle uova sode. Amalgamate tutto, formate una palla, avvolgetela con pellicola trasparente e fate riposare in frigorifero per almeno 30 minuti. Trascorso il tempo di riposo, prelevate una piccola porzione di frolla e tenetela da parte (vi servirà per la decorazione).

■ Stendete la pasta frolla rimanente su un foglio di carta forno a uno spessore di circa 4-5 mm; adagiatela in uno stampo rettangolare e spalmatevi la confettura di ciliegie. Stendete la frolla tenuta da parte per la decorazione e realizzate, con dei tagliabiscotti, tanti fiorellini e foglie. Sistemateli sulla crostata, infornate a 170 °C e fate cuocere per circa 40 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e fate raffreddare. Sformate, portate in tavola e servite.

Crostata di mele e amaretti in sfoglia

Ingredienti per 4-6 persone: **250 g di pasta sfoglia 450 g di pasta frolla.** *Per il ripieno:* **150 g di marmellata di albicocche, 400 g di mele, 120 g di burro, 250 g di amaretti 2 uova, 20 g di zucchero, 2 cucchiai di farina, 1 cucchiaio di rum**
Vi servono inoltre: **burro, farina**

Preparazione

■ Sbucciate le mele, eliminate il torsolo e tagliatele a rondelle. Fate sciogliere 20 g di burro in padella, disponete le mele e fatele cuocere brevemente. Lavorate il burro restante con lo zucchero; unite le uova, la farina, gli amaretti sbriciolati e il rum, e mescolate accuratamente con un cucchiaio di legno. Con un matterello stendete la frolla su un piano di lavoro, leggermente infarinato; rivestite una tortiera per crostata (del diametro di 26 cm), imburrata. Spalmate la marmellata di albicocche sul fondo della crostata e poi disponete le mele a rondelle.

■ Versate il composto di amaretti sopra le mele e livellate bene con il dorso di un cucchiaio leggermente inumidito. Tirate la pasta sfoglia a 3 mm di spessore e coprite la crostata. Eliminate la pasta in eccesso, premendo bene con l'aiuto di un matterello. Sigillate bene i bordi, aiutandovi con una forchetta, e tracciate dei raggi con l'aiuto di un coltellino. Ricavate un fiorellino dalla sfoglia restante e mettetelo al centro. Infornate a 190 °C e fate cuocere per 40 minuti. Sfornate, fate raffreddare e poi sformate. Servite.

Sbrisolona alle mele

Ingredienti per 6 persone: **250 g di farina 00 200 g di zucchero, 150 g di mandorle tritate 150 g di farina di mais, 120 g di burro, 100 g di strutto 50 g di mandorle già sgusciate, 5 mele renette 2 tuorli, 2 cucchiai di succo di limone, 1 bacca di vaniglia 1 cucchiaino di cannella in polvere la scorza di 1 limone grattugiata**

Preparazione

■ Versate in una ciotola le farine, setacciate insieme, le mandorle tritate, il burro, lo strutto, lo zucchero e i tuorli. Profumate con la vaniglia e la scorza di limone, e lavorate velocemente gli ingredienti, senza compattarli, fino a ottenere un composto granuloso. Sbucciate le mele, eliminate il torsolo e tagliatele a tocchetti. Raccoglieteli in una ciotola con la cannella e il succo di limone, mescolate con cura e tenete da parte.

■ Rivestite una tortiera a cerniera con carta forno. Sbriciolate con le mani metà dell'impasto e distribuitelo a pioggia sul fondo dello stampo, senza compattarlo. Versatevi sopra le mele, ricoprite con l'impasto rimanente e guarnite con le mandorle intere. Infornate a 180 °C e fate cuocere per circa 1 ora. A cottura ultimata, sfornate e lasciate raffreddare; quindi sformate e servite.

Crostata alle mele e mirtilli

Ingredienti per 6 persone: **400 g di pasta brisée, 3-4 mele renette, 125 g di mirtilli, la scorza di 1 limone, vaniglia in polvere farina di mandorle, 1 uovo, zucchero di canna, 2 cucchiai di gelatina di albicocche, 2-3 rametti di timo**

Preparazione

■ Sbucciate le mele, tagliatele a cubetti e fatele cuocere in una casseruola con pochissima acqua e a un pizzico di vaniglia, fino a quando saranno leggermente morbide ma croccanti. Spegnete, fate intiepidire e aromatizzate con la scorza di limone grattugiata.

■ Stendete la pasta brisée in un disco dello spessore di circa 4 mm, quindi trasferitelo in uno stampo ricoperto di carta forno. Spolverizzate la sfoglia con la farina di mandorle, lasciando un bordo libero di 6-8 cm, quindi farcite con le mele e i mirtilli.

■ Piegate i bordi liberi verso il centro, in modo da racchiudere parzialmente il ripieno. Spennellate i bordi della crostata con l'uovo, leggermente sbattuto, e cospargete con lo zucchero di canna. Infornate a 180 °C e fate cuocere per circa 35 minuti, o fino a doratura.

■ Nel frattempo fate scaldare la gelatina in un pentolino con 1 cucchiaio di acqua in modo da ottenere una glassa lucida. Sfornate la crostata e lucidate la frutta, ancora calda, con la gelatina. Decorate con i rametti di timo e servite.

Crostata sfogliata
alla ricotta e pistacchi

Ingredienti per 4 persone: **1 rotolo di pasta sfoglia 400 ml di latte, 100 ml di panna fresca, 5 tuorli 150 g di zucchero, 1 bacca di vaniglia, 20 g di maizena 20 g di amido di riso, 500 g di ricotta 100 g di pasta di pistacchio, granella di pistacchio**

Preparazione

■ Preparate la crema: in un pentolino portate a bollore il latte e la panna; a parte lavorate i tuorli con lo zucchero, fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Unite la maizena, l'amido e la vaniglia; aggiungete a filo il latte e la panna, rimettete sul fuoco e fate cuocere per 1 minuto, mescolando in continuazione. Trasferite la crema in una ciotola, fate intiepidire e incorporate la ricotta, la pasta di pistacchio e 80 g di granella di pistacchio.

■ Stendete la pasta sfoglia e rivestite una tortiera rotonda, eliminando la pasta in eccesso. Bucherellate il fondo con i rebbi di una forchetta, versate la crema sino al bordo e coprite con abbondante granella di pistacchio. Con una rotella zigrinata ricavate tante striscioline dalla sfoglia restante. Guarnite la crostata e fate cuocere in forno già caldo a 180 °C per circa 40 minuti. Sfornate e servite.

Crostata cremosa
allo zafferano

Ingredienti per 4 persone: **500 g di pasta frolla vaniglia in polvere.** *Per il ripieno:* **150 g di cioccolato fondente 250 g di ricotta, 250 g di crema pasticciera, 100 g di zucchero 1 uovo, la scorza di 1/2 limone grattugiata, 1/2 bicchierino di liquore Strega, 1 bustina di zafferano**
Per la decorazione: **qualche pistillo di zafferano**

Preparazione

■ Fate fondere a bagnomaria il cioccolato fondente e tenete da parte; in una ciotola lavorate la ricotta con lo zucchero; unite la crema pasticciera, l'uovo, la scorza grattugiata del limone, il liquore e lo zafferano, e amalgamate. Profumate infine con un pizzico di vaniglia e mescolate ancora.

■ Stendete la pasta frolla e con questa foderate una tortiera, rivestita con carta forno. Versate sul fondo uno strato di cioccolato fuso e mettete sopra il composto di ricotta. Infornate a 170 °C e fate cuocere per 45 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate la torta e lasciate intiepidire. Tagliate a fette, guarnite a piacere con i pistilli di zafferano e servite.

Crostata al cacao e mandorle con confettura di albicocche

Ingredienti per 8 persone. *Per la pasta frolla:* **200 g di farina 00, 125 g di burro, 80 g di zucchero a velo, 2 tuorli, 1 pizzico di sale la scorza grattugiata di 1 limone.** *Per il ripieno:* **180 g di mandorle già pelate, 150 g di zucchero, 4 cucchiai di panna fresca, 3 cucchiai colmi di cacao amaro in polvere, 200 g di confettura di albicocche, 2 uova.** *Vi servono inoltre:* **10-12 mandorle già pelate, burro**

Preparazione

■ Per la frolla: fate la classica fontana con la farina, unite al centro il burro, tagliato a pezzetti, e impastate con la punta delle dita fino a ottenere un composto bricioloso. Unite il resto degli ingredienti e lavorate velocemente fino ad avere un panetto sodo e omogeneo. Avvolgetelo con pellicola trasparente e trasferite in frigorifero per almeno un'ora. Intanto riunite in un mixer da cucina le mandorle, il cacao e lo zucchero, e frullate fino a ridurre il tutto in polvere. Unite le uova e la panna, e frullate ancora per qualche secondo fino ad avere un composto denso e cremoso.

■ Stendete la frolla a uno spessore di 3-4 mm e rivestite con questa una stampo per crostata da 22 cm di diametro, ben imburrato. Ritagliate la frolla in eccesso e tenete da parte. Bucherellate il fondo con i rebbi di una forchetta e spalmatevi sopra la confettura di albicocche, livellandola per bene con una spatola. Versate il ripieno e decorate la superficie con gli avanzi della frolla tenuti da parte (modellati a fiore) e le mandorle. Infornate a 170 °C e fate cuocere per circa 1 ora. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e fate raffreddare. Sformate quindi la crostata e servite.

Crostata di ricotta e visciole

Ingredienti per 6-8 persone: **500 g di pasta frolla, 300 g di ricotta, 100 g di zucchero 100 g di visciole, 100 g di confettura di ciliegie marasche (amarascata)**
Per la guarnizione: **zucchero a velo**

Preparazione

■ Stendete due terzi della pasta frolla in una sfoglia sottile; con questa rivestite il fondo di uno stampo per crostata, foderato con carta forno. Coprite con i fagioli secchi, infornate a 180-200 °C e fate cuocere per circa 10-15 minuti, o comunque fino a doratura. Levate e lasciate raffreddare. Stendete la frolla restante e ricavate tante striscioline. Lavorate intanto la ricotta con lo zucchero.

■ Disponete sul fondo della crostata uno strato sottile di confettura, versate sopra la crema di ricotta e livellate bene. Aggiungete le visciole, premendole leggermente all'interno, e guarnite la superficie con le striscioline di frolla. Infornate a 180 °C e fate cuocere per altri 30-35 minuti. Sfornate e lasciate raffreddare. Spolverizzate con abbondante zucchero a velo e servite.

Crostata al cioccolato e pistacchi

Ingredienti per 6-8 persone: **500 g di pasta frolla.** Per la farcitura: **40 g di burro 40 g di zucchero a velo, 1 uovo 250 g di cioccolato fondente, 125 ml di panna fresca, 50 g di granella di pistacchio, rum crema spalmabile al pistacchio**
Vi servono inoltre: **1 uovo (per spennellare) burro (per lo stampo)**

Preparazione

■ Stendete la frolla con il matterello (tenetene da parte un po' per la decorazione finale). Rivestite uno stampo per crostata da 26 cm di diametro, già imburrato, infornate a 170 °C e fate cuocere per circa 20 minuti. Per la farcitura: nel frattempo fate fondere a bagnomaria il cioccolato fondente su fiamma dolce, senza superare i 40 °C. Aggiungete lo zucchero a velo, la panna, l'uovo sbattuto, 1 bicchierino di rum e il burro, e amalgamate delicatamente.

■ Spegnete e lasciate intiepidire. Sfornate la base della crostata. Farcitela con la crema al pistacchio, coprite con la farcia tiepida e spolverizzate con la granella di pistacchio. Con la frolla tenuta da parte formate delle palline e distribuitele sul bordo della base. Se necessario, spennellate il bordo con 1 uovo per farle attaccare. Infornate nuovamente a 160 °C e fate cuocere per 15 minuti. Al termine, sfornate, lasciate raffreddare e servite.

Crostata della nonna

Ingredienti per 4-6 persone: **500 g di pasta frolla, 500 ml di latte, 150 g di zucchero, 4 tuorli, 40 g di maizena la scorza di 1/2 limone, 100 g di pinoli già pelati, zucchero a velo.** *Vi servono inoltre:* **burro, farina**

Preparazione

■ Stendete 3/4 della pasta frolla in una sfoglia dello spessore di circa 1/2 cm e rivestite il fondo dello stampo (da 22 cm di diametro), precedentemente imburrato e infarinato. Bucherellate il fondo con i rebbi di una forchetta, ricoprite con un foglio di carta forno e i fagioli secchi. Infornate a 190 °C per circa 15 minuti. Sfornate e lasciate raffreddare. Preparate la crema: montate i tuorli con lo zucchero, fino a renderli chiari e spumosi; unite la maizena e amalgamate. Portate a bollore il latte con la scorza di limone, togliete dal fuoco, eliminate la scorza di limone, e aggiungetelo a filo ai tuorli montati.

■ Mescolate e riportate sul fuoco, fate cuocere, mescolando, fino a ottenere una crema densa e omogenea. Trasferite la crema in una ciotola, copritela con pellicola trasparente e lasciate intiepidire, dopodiché aggiungete 2/3 dei pinoli. Farcite la crosta di frolla con la crema ai pinoli fino a riempire lo stampo. Stendete la frolla rimasta e ricavate delle strisce sottili con cui dovrete creare la classica griglia sopra la crostata. Decorate con i pinoli rimasti e infornate nuovamente a 180 °C per 20 minuti circa. Trascorso il tempo, sfornate e lasciate raffreddare. Spolverizzate con lo zucchero a velo e servite.

Crostata con crema al limone e meringhette

Ingredienti per 6-8 persone: **300 g di pasta brisée**
250 g di crema al limone, burro, farina
Per la decorazione: **meringhette, 1 cucchiaio di scorza grattugiata di limone, 1 cucchiaio di scorza grattugiata di lime**
1 ciuffo di menta

Preparazione

■ Stendete la pasta brisée in una sfoglia spessa 3 mm. Imburrate e infarinate una tortiera (da 26 cm di diametro) e foderatela con la pasta, facendola aderire bene al fondo e ai bordi, e rifilando la pasta in eccesso. Bucherellate il fondo e trasferite in frigorifero per 1 ora. Levate dal frigo, ritagliate a misura un foglio di carta forno e coprite il fondo della base di pasta. Riempite con fagioli secchi e infornate a 160 °C per 10 minuti.

■ Levate, eliminate la carta e i fagioli, e lasciate raffreddare. Al termine, farcite la torta con la crema al limone e lasciate raffreddare completamente. Disponete le meringhette sulla crema, fino a coprire tutta la superficie della torta. Spolverizzate con un po' di scorza di limone e di lime, decorate con qualche fogliolina di menta e servite.

Crostata meringata al pompelmo rosa

Ingredienti per 4-6 persone: **500 g di pasta frolla**
130 g di zucchero, 1 pompelmo rosa, 1 arancia, 3 tuorli
3 cucchiaini di fecola. *Per la meringa:* **100 g di zucchero a velo**
4 albumi, sale. *Vi servono inoltre:* **burro, farina**

Preparazione

■ Per la crema: ricavate il succo dal pompelmo e dall'arancia e filtratelo con un colino a maglie fitte. In un pentolino raccogliete i tuorli, lo zucchero e la fecola, e lavorate per 2-3 minuti con un cucchiaio di legno. Versate a filo il succo degli agrumi e amalgamate; mettete sul fuoco e fate cuocere, mescolando in continuazione, fino ad addensamento. Togliete dal fuoco e lasciate raffreddare. Stendete la frolla e rivestite il fondo di uno stampo quadrato (da 24 cm di lato), imburrato e infarinato. Bucherellate il fondo con una forchetta e copritelo con un foglio di carta forno e uno strato di fagioli secchi; infornate a 190 °C per circa 10 minuti. Eliminate quindi fagioli e carta forno, e completate la cottura per altri 10 minuti. Sfornate e fate raffreddare.

■ Per la meringa: montate a neve ben ferma gli albumi con un pizzico di sale; versate a pioggia lo zucchero a velo e amalgamate ancora. Trasferite la meringa in un sac à poche con bocchetta liscia. Distribuite la crema agli agrumi sulla base di frolla e decorate la superficie con ciuffi di meringa. Infornate sotto il grill per circa 10 minuti, o comunque fino a quando la meringa si sarà leggermente dorata, quindi levate, lasciate raffreddare e servite.

Agosto 2019

Settembre 2019

Ottobre 2019

Novembre 2019

Dicembre 2019

Gennaio 2020

Febbraio 2020

Marzo 2020

Nel prossimo numero l'inserto

FACILE ISSIMA CUCINA

Paste al forno

Partiamo *dalle* basi…

…e proseguiamo con le farce

Pasta frolla surgelata di **Pam Panorama** 500 g.

€1,99 ca.

Exquisa Pasta sfoglia 275 g.

€1,19

Pasta frolla **Buitoni** "la sottile". 230 g.

€2 ca.

€2,24

Pasta frolla surgelata di **Koch**. 600 g.

Pasta sfoglia **Vallè** 100% vegetale.

€2,10 ca.

Stuffer Pasta sfoglia rettangolare. 230 g.

€0,99

Santa Rosa Confettura alle amarene con frutta in pezzi. 350 g.

€1,98

€2,29

Despar Crema alle nocciole. 400 g.

€3,69

Rigoni Fiordifrutta Bio Fragole e fragoline di bosco. 250 g.

€2,20

Hero Confettura light all'albicocca senza zuccheri aggiunti.

Crema pasticciera di **Parmalat**. 530 g.

€1,79

AGNELLO o CAPRETTO?

Dateci un taglio!

Dalle carni più delicate l'agnello, e dal sentore leggermente più selvatico il capretto, in cucina, con la stessa tipologia di tagli, danno vita a ricette diverse per gusto e tecniche di cottura

8 must della Pasqua

Compra in anticipo e surgela

Spalla

Si trova facilmente in commercio già disossata (vedi foto). Dalla carne soda e gelatinosa, si presta a tutti i tipi di cottura.

Cosciotto

Taglio del quarto posteriore, è la parte più carnosa dell'animale, e quindi quella più interessante dal punto di vista gastronomico.

Costolette

Si ricavano dal carré, tagliato a fette tra una costola e l'altra.

Prima di procedere con la cottura, è consigliabile far marinare per una notte la carne di agnello e di capretto con vino, aglio e rosmarino. In questo modo, attenuerete il caratteristico odore.

Carré

Taglio del quarto posteriore, il più pregiato insieme al cosciotto, comprende le vertebre dorsali e lombari dell'animale, e le relative costole.

Costolette di agnello panate con taralli e purè di patate e porri

Ingredienti per 4 persone
8 costolette di **agnello** • 200 g di **taralli al finocchietto** • 4 **patate già lessate**
1 **porro** • 2 **uova** • 1 bicchiere di **latte**
1 ciuffo di **timo** • **brodo vegetale** • **burro**
olio extravergine di oliva • **sale e pepe**

Preparazione
• **Sistemate** le costolette di agnello su un tagliere e schiacciatele delicatamente con un batticarne, facendo attenzione a non rompere l'osso. • **Sbattete** le uova in una ciotola, adagiate all'interno le costolette e lasciatele in ammollo. • **Fate scaldare** un filo di olio in una padella, unite il porro, a rondelle, bagnate con un mestolo di brodo caldo, incoperchiate e fate cuocere per una mezz'ora. Tenete da parte qualche rondella e frullate il resto fino a ottenere una crema omogenea. • **Passate** le patate a uno schiacciapatate e raccogliete il passato in una casseruola con il latte, la crema di porro, una noce di burro, e un pizzico di sale e di pepe. Mettete sul fuoco e fate cuocere fino a ottenere un purè della giusta consistenza. • **Sbriciolate** i taralli, scolate le costolette e passatele nella panatura.
• **Fate scaldare** un filo di olio in una padella, disponete le costolette e fatele cuocere su entrambi i lati fino a doratura.
• **Impiattate**, guarnite con ciuffi di purè e qualche rondella di porro, profumate con un po' di timo e servite.

Il protagonista: l'agnello

L'**agnello** è il cucciolo della pecora. Viene macellato dopo lo svezzamento e comunque entro l'anno di età. L'agnello da latte (conosciuto nel Lazio come abbacchio) viene nutrito solo ed esclusivamente con latte materno e viene abbattuto entro e non oltre le prime quattro settimane di vita.

Agnello

7,90€
4 porzioni

Trilogia di medaglioni di agnello

Ingredienti per 4 persone
600 g di **coscio di agnello già disossato**
200 g di **polenta già cotta**
8 fette di **pancarrè**
40 g di **pistacchi tritati**
40 g di **mandorle tritate** • **germogli**
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

• **Versate** la polenta, ancora calda, su una teglia con carta forno a 1/2 cm di spessore. Ricavate, con l'aiuto di un coppapasta, 8 dischetti e sistemateli in un'altra teglia rivestita con carta forno. • **Infornate** a 200 °C per 3 minuti. Sfornate e fate intiepidire.
• **Ritagliate**, con lo stesso coppapasta, le fette di pancarrè e ricavate 8 dischetti.
• **Tritate** il coscio di agnello, raccogliete il trito in una ciotola, condite con un filo di olio e un pizzico di sale e di pepe, e mescolate.
• **Assemblate** il primo medaglione. Sistemate 4 dischetti di polenta su un piatto da portata, distribuite sopra un po' di trito di agnello e coprite con i dischetti di polenta rimanenti. Levate e tenete da parte.
• **Preparate** il secondo medaglione. Prendete un dischetto di pancarrè e distribuite sopra uno strato di trito di agnello.
• **Chiudete** con un altro disco di pancarrè e proseguite a realizzare gli altri. • **Sistemate** infine il coppapasta su un tagliere e formate uno strato di frutta secca. Disponete sopra il trito di agnello e ricoprite con altra frutta secca. • **Fate scaldare** un filo di olio in una padella, disponete i tre tipi di medaglioni e fateli rosolare su tutti i lati per circa 5 minuti. • **Distribuite** i tre tipi di medaglioni nei piatti individuali e guarniteli con i germogli. Condite con un filo di olio e un pizzico di pepe, e servite.

Spalla di agnello ai cardoncelli e cipollotti freschi

Ingredienti per 4 persone
1 **spalla di agnello** da 800 g
2 **cipollotti freschi** • 1 spicchio di **aglio**
600 g di **cardoncelli della Murgia**
1 bicchiere di **vino rosato**
1 ciuffo di **erbe aromatiche miste**
200 g di **brodo di agnello**
1 **peperoncino**
olio extravergine di oliva • **sale**

Preparazione
• **Intaccate** la spalla di agnello. Mondate i funghi e puliteli. • **Tagliateli** in quattro e fateli saltare in un tegame con un filo di olio; levate i funghi, mettete la spalla di agnello nello stesso tegame e fatela rosolare per qualche minuto su entrambi i lati. Bagnate con il vino e fate sfumare.
• **Trasferite** quindi in forno già caldo a 130 °C e fate cuocere per circa un'ora. Sfornate e tenete da parte.
• **Pulite** i cipollotti, tagliateli a julienne e fateli stufare con un filo di olio a fuoco lento per circa 3 minuti.
• **Aggiungete** l'aglio, i funghi, l'agnello con il suo fondo di cottura, il brodo e il peperoncino a rondelle. Salate e proseguite la cottura per altri 5 minuti su fuoco vivace. Levate, profumate con le erbe aromatiche, tritate, e servite.

2,35€ a porzione

5,60€ 4 porzioni

Caesar ▲ salad di agnello

Ingredienti per 4 persone
400 g di **coscio di agnello già disossato**
4 fettine sottili di **guanciale** • 1 cespo di **scarola** • 1 ciuffo di **alloro e rosmarino**
120 g di **maionese** • 50 g di **pecorino romano** • 1/2 spicchio di **aglio**
olio extravergine di oliva • **sale e pepe**

Preparazione
• **Tritate** finemente gli odori insieme all'aglio. Condite il coscio di agnello con un filo di olio e un pizzico di sale e di pepe, e massaggiatelo con il trito aromatico.
• **Versate** l'acqua in una casseruola adatta alla cottura al vapore. Riempitela per metà e portate a bollore. • **Adagiate** il coscio di agnello sul cestello e fatelo cuocere per circa 4 ore. Spegnete, fate intiepidire e sfilacciate la carne con le mani. • **Sistemate** le fette di guanciale in una teglia con carta forno e infornate a 200 °C per circa 5 minuti. Sfornate e tagliate a striscioline. Lavate la scarola, pulitela e tagliatela a listerelle.
• **Distribuite** la scarola nei piatti da portata e condite con un filo di olio e un pizzico di sale e di pepe. Sistemate sopra la carne, il guanciale e le scagliette di pecorino.
• **Guarnite** con ciuffetti di maionese e servite.

Gli alleati in cucina

Stecchini e spago da cucina, per legare la carne in modo facile e veloce.

160 °C in 40 minuti

Carré di agnello farcito con indivia riccia e alici

Carré di agnello farcito con indivia riccia e alici

Ingredienti per 4 persone
1,8 kg di **carré di agnello**
1 cespo di **indivia riccia**
80 g di **alici sott'olio**
150 g di **olive taggiasche**
1 ciuffo di **erbe aromatiche** (**alloro, rosmarino, timo**...) • **vino bianco**
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione
• **Prendete** il carré di agnello e, aiutandovi con un coltello affilato, scalzate costola per costola in modo da ottenere una corona con le ossa e una piegatura della carne da farcire. • **Lavate** l'indivia riccia, ricavate le cime e tritatele finemente. Tenete da parte un po' di indivia per la decorazione finale. • **Raccogliete** le cime tritate in una ciotola e unite le alici, ben scolate dall'olio di conservazione, e le olive taggiasche snocciolate.
• **Condite** con un filo di olio e un pizzico di sale e di pepe, e mescolate per bene. Sistemate la farcia nella piega del carré di agnello e poi chiudete la tasca ottenuta con degli stecchini di legno.
• **Legate** le costole con spago da cucina formando una sorta di corona. Trasferite la corona in una teglia e conditela con un filo di olio e un pizzico di sale e di pepe. Infornate a 160 °C e fate cuocere per circa 40 minuti sfumando spesso con un goccio di vino. A cottura ultimata, sfornate e adagiate la corona di agnello su un letto di indivia. • **Guarnite** con qualche erbetta aromatica a piacere e servite.

Sos *macellaio!*

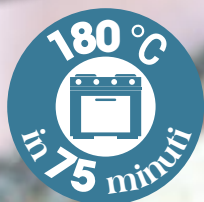
L'operazione di scalzare le costole del carré è troppo complicata? Nessun problema, fatelo fare dal vostro macellaio di fiducia.

Cosciotto di capretto lardellato

Ingredienti per 4 persone
1,5 kg di **coscio di capretto**
150 g di **lardo a fettine sottili**
1 ciuffo di **alloro**
1-2 rametti di **timo limonato**
1-2 rametti di **rosmarino**
1 spicchio di **aglio** • **brodo vegetale**
olio extravergine di oliva • **sale e pepe**
Per accompagnare: **patate al forno**

Preparazione
• **Tritate** finemente le erbe aromatiche su un tagliere insieme all'aglio e a un pizzico di sale e di pepe.
• **Sistematevi** sopra il coscio di capretto e passatelo nel trito facendo in modo che aderisca per bene. • **Avvolgete** il capretto con le fettine di lardo e legatelo per bene con spago da cucina. Sistematelo in una teglia da forno e condite con un filo di olio. • **Infornate** a 180 °C per circa 75 minuti, bagnandolo spesso con del brodo vegetale caldo. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate intiepidire, quindi trasferitelo intero in un piatto da portata e accompagnate con le patate al forno. Portate in tavola e servite.

Capretto

180 °C in 75 minuti

Accompagnate con...
Patate al forno

Sbucciate **6 patate**, sbollentatele e fatele asciugare su carta assorbente da cucina. Tagliatele a tocchetti, sistematele su una teglia con carta forno, condite con **un filo generoso di olio**, profumate con **2-3 rametti di rosmarino** e infornate a 200 °C per 20 minuti. Sfornate e servite.

Il protagonista: il capretto

Il capretto, cucciolo della capra, viene solitamente macellato intorno ai 2 mesi di vita o comunque al raggiungimento di un peso minimo di 6 kg e massimo di 12.

1,35€ a porzione

Bocconcini di capretto su vellutata di rapa rossa

Ingredienti per 4 persone
1 **spalla di capretto già disossata** da 600 g • 300 g di **rape rosse**
2 **carote** • 50 g di **roquefort** (o di **gorgonzola**) • 1 **cipolla**
burro • **olio extravergine di oliva**
sale e pepe

Preparazione
• **Pulite** le rape, le carote e la cipolla, e tagliatele a pezzetti grossolani. • **Fate sciogliere** una noce di burro in una casseruola, unite le verdure e fatele rosolare per qualche minuto. • **Versate** 1 l di acqua, salate, incoperchiate e proseguite la cottura per circa 20 minuti. Trascorso il tempo, spegnete e lasciate raffreddare. • **Frullate** quindi con un mixer a immersione fino a ottenere una crema liscia e vellutata. Tagliate la carne a cubetti non troppo piccoli. • **Fate scaldare** un filo di olio in una padella, sistemate i cubetti di carne e fateli rosolare per bene da tutti i lati. • **Aggiungete** il formaggio, tagliato a dadini, e proseguite la cottura fino a quando il formaggio si sarà ben sciolto. Regolate di sale e di pepe. • **Distribuite** la vellutata nei piatti da portata e adagiate sopra i bocconcini di capretto. Condite con un filo di olio e servite.

Lo sapevate che?

Se il capretto è stato nutrito solo con il latte, la sua carne sarà chiara e molto tenera, se allevato a base di erba, sarà rosata e meno saporita.

3,20€ a porzione

Millefoglie ▲ di capretto alla parmigiana

Ingredienti per 4 persone
400 g di **spalla di capretto già disossata**
400 g di **coscio di capretto già disossato**
1 **melanzana tonda grande**
4 **burrate piccole** • 1 rametto di **timo**
pomodorini secchi sott'olio • **burro**
olio extravergine di oliva • **sale e pepe**

Preparazione
• **Lavate** la melanzana, spuntatela e tagliatela a fette non troppo sottili. • **Fate scaldare** una piastra, leggermente unta di olio, sistemate le fette di melanzane e grigliatele su entrambi i lati. Levate e tenete da parte. • **Tagliate** a fettine la spalla e il coscio di capretto. • **Fate sciogliere** una noce di burro in una padella, disponete la carne e portate a cottura. Regolate di sale e di pepe. • **Componete** le millefoglie: mettete una fettina di melanzana in un piatto da portata e condite con un filo di olio e un pizzico di sale. • **Sistemate** sopra una fettina di capretto, un pomodorino secco, leggermente scolato dall'olio di conservazione, e una fettina di melanzana. • **Realizzate** un secondo strato e completate con la burrata. Formate le altre millefoglie, ultimate con un filo di olio a crudo e qualche fogliolina di timo, e servite.

Fuori dal cilindro
Dalle carni tenere e digeribili, esaltate in quattro golose ricette, il coniglio è una prelibata alternativa ai soliti pollo e tacchino
4 preparazioni con il coniglio
Crande classico rivisitato
2,95€ a porzione
Coniglio all'ischitana in bianco
SECONDI A NESSUNO

Coniglio all'ischitana in bianco

Ingredienti per 4 persone
1 **coniglio** da circa 1,2 kg **tagliato a pezzi**
2 bicchieri di **vino bianco**
2 filetti di **acciuga sott'olio**
qualche rametto di **rosmarino** e di **timo**
2-3 foglie di **alloro**
2 spicchi di **aglio** • **capperi dissalati**
qualche bacca di **ginepro** • **brodo vegetale**
olio extravergine di oliva • **sale**

Preparazione
• **Raccogliete** il coniglio in una terrina, unite 1/2 bicchiere di vino e le bacche di ginepro, pestate, e lasciate marinare per circa un'ora. Sciacquate accuratamente le erbe aromatiche e legatele a mazzetto. • **Fate rosolare** in un tegame l'aglio in camicia con un filo di olio; disponete il coniglio a pezzi, ben scolato dalla marinatura, e fatelo dorare su tutti i lati. • **Salate**, bagnate con il vino bianco restante, lasciate sfumare e profumate con il mazzetto aromatico. • **Incoperchiate** e fate cuocere per circa 45 minuti a fuoco lento. A metà cottura, levate il coperchio e aggiungete una manciata di capperi e i filetti di acciuga; eliminate il mazzetto aromatico, bagnate con un mestolo di brodo caldo e portate a cottura. • **Distribuite** nei piatti da portata e servite.

Coniglio all'ischitana alla maniera tradizionale

In una padella fate soffriggere **1 spicchio di aglio** con **un filo di olio**; unite **1 coniglio da fossa** tagliato in 10 pezzi e fateli rosolare per circa 20 minuti. Trasferite il coniglio in un tegame di terracotta e sfumate con **2 bicchieri di vino bianco**. Profumate con **qualche rametto di timo** e 1 **ciuffo di prezzemolo tritato**, aggiungete **10 pomodori**, tagliati a pezzetti, **salate** e proseguite la cottura per un'ora, aggiungendo, se necessario, **un goccio di brodo**.

Operazione salvaspesa
1 coniglio per 6 (e più ricette)

Intero: può essere disossato e farcito o fatto a pezzi e preparato a spezzatino, o impiegato per preparazioni tipiche come il coniglio al civet.

Collo: in genere si usa, insieme alla testa e alle altre ossa ricavate dall'azione di disosso, per realizzare un fondo utile nei ragù e nelle salse.

Spalle: hanno piccoli muscoli ed è difficile disossarle; si possono quindi cucinare intere con le ossa, specialmente in cotture a calore umido o, se disossate, usarne la polpa per ragù o come ripieno.

Carré e petto: possono essere disossati per realizzare lombatine o piccoli arrosti farciti. Il petto è la parte più in basso, costituita da una pelle sottile che si può utilizzare a parte per ricavarne ragù.

Sella o lombata: è la parte più pregiata del coniglio. Disossata, si presenta come due cilindri di polpa, (uniti da una sottile membrana), perfetta da farcire o preparare a involtino.

Cosce: possono essere disossate e lasciate unite al resto del coniglio per realizzare grossi arrosti, oppure staccate e cucinate a parte con entrambi gli ossi o eliminando il più lungo.

Lombo di coniglio in porchetta

Ingredienti per 4 persone
1 **coniglio** da 1,2 kg **già disossato**
2 spicchi di **aglio** • 1 rametto di **rosmarino** • 1 rametto di **timo**
1 rametto di **finocchietto selvatico**
400 g di **cotenna di maiale**
150 g di **lardelli di maiale** • **sale e pepe**

Preparazione
• **Stendete** il coniglio disossato su un tagliere, eliminate le cosce, ricavate la sella e dividetela a metà, tagliando lungo la colonna vertebrale, così da ottenere 2 lombi. • **Salateli**, pepateli e insaporiteli con le erbe aromatiche e gli spicchi di aglio, tritati finemente. • **Distribuite** sopra i lardelli, tagliati a striscioline, e infine il polline di finocchietto selvatico.
• **Arrotolate** i lombi di coniglio nel senso della lunghezza, foderateli con la cotenna di maiale e poi legateli con spago da cucina.
• **Disponeteli** in una teglia, foderata con carta forno, infornate a 120 °C e fate cuocere per circa 45 minuti. Trascorso questo tempo, alzate la temperatura del forno a 200 °C e proseguite la cottura per altri 2 minuti, o comunque fino a quando la cotenna sarà diventata ben croccante.
• **Levate** e lasciate intiepidire, quindi tagliate a fette e servite.

Coniglio ▲ su crema di asparagi in fricassea

Ingredienti per 4 persone
1 **coniglio a pezzi** • 600 g di **asparagi**
6 **uova** • 2 spicchi di **aglio** • 1 **mazzetto aromatico** (**menta**, **salvia**, **rosmarino**…)
1 ciuffo di **menta** • **noce moscata**
vino bianco • **olio extravergine di oliva**
sale e pepe

Preparazione
• **Fate rosolare** in una padella gli spicchi di aglio in camicia con un filo di olio; disponete il coniglio a pezzi e fatelo rosolare per bene su tutti i lati. • **Bagnate** con un bicchiere di vino e lasciate sfumare, quindi salate, pepate e profumate con il mazzetto aromatico. • **Incoperchiate** e fate cuocere per circa 45 minuti. Lavate nel frattempo gli asparagi, ricavate le punte e scottatele per circa 20 secondi nell'acqua bollente; scolatele e raccoglietele in una ciotola con acqua e ghiaccio per mantenere il colore brillante. • **Raccoglietele** in un mixer da cucina, aggiungete un filo di olio e frullate fino a ottenere una crema omogenea. Aggiustate infine di sale. Sbattete in una ciotolina le uova con un pizzico di noce moscata e di pepe. Trascorso il tempo di cottura del coniglio, versate le uova in una padella, spegnete e mescolate finché le uova non si saranno ben addensate.
• **Velate** i piatti con la crema di asparagi e disponetevi sopra il coniglio. Pepate, guarnite con un ciuffetto di menta e servite.

Coscette brasate alla colatura di alici con fiori di zucca fritti

Ingredienti per 4 persone
8 **coscette di coniglio**
1 **mozzarella di bufala** da 200 g
8 **fiori di zucca già puliti**
1 **scalogno** • 1 rametto di **rosmarino**
1 foglia di **alloro** • 1 rametto di **timo**
brodo vegetale • **farina di riso**
acqua frizzante • **colatura di alici**
olio di semi di arachide
olio extravergine di oliva • **sale**

Preparazione
• **Massaggiate** le coscette di coniglio con le erbe aromatiche, tritate. Fate stufare lo scalogno tritato in una padella con un goccio di acqua.
• **Unite** un filo di olio, disponete le coscette e fatele rosolare a fuoco vivace; abbassate la fiamma, incoperchiate e fate cuocere per circa 1 ora e 1/2, bagnando di tanto in tanto con un goccio di brodo caldo. Regolate infine di sale. • **Tagliate** a metà la mozzarella, tenendo da parte il siero, fatela a dadini e raccoglieteli in un mixer con 1 cucchiaino di colatura di alici. • **Frullate** unendo a filo l'olio necessario a ottenere una crema omogenea. Trasferite in frigo e fate rassodare. • **Preparate** in una ciotola una pastella mescolando pari quantità di farina di riso e di acqua frizzante freddissima. • **Passate** velocemente i fiori di zucca nella pastella, scolateli e poi friggeteli in olio di semi ben caldo per circa 3-4 minuti. Levateli e fateli asciugare su carta assorbente da cucina. • **Velate** i piatti con il siero della mozzarella e disponete sopra due coscette di coniglio per ciascun commensale.
• **Formate** una quenelle con la crema di mozzarella, accompagnate con 2 fiori di zucca fritti e servite.

3,80€ a porzione

Un NOME, un PERCHÉ

Merluzzo, stoccafisso o baccalà? Tre nomi per indicare la stessa tipologia di pesce… 5 ricette per esaltarne il gusto!

5 prelibatezze di mare

Compra in anticipo e surgela

Scopri le differenze

Il **merluzzo** è il nome del pesce "al naturale" che, a seconda delle tecniche di conservazione, prende il nome di stoccafisso o baccalà. Il **baccalà** è un merluzzo conservato sotto sale e in seguito fatto essiccare naturalmente o artificialmente; lo **stoccafisso**, al contrario, viene fatto essiccare e poi conservato senza l'aggiunta di sale.

Paccheri allo stoccafisso capperi e olive

Ingredienti per 4 persone
320 g di **paccheri**
250 g di **stoccafisso**
250 g di **pomodorini ciliegino**
50 g di **olive di Gaeta**
20 g di **capperi** • 1 spicchio di **aglio**
1 ciuffo di **prezzemolo**
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione
• **Eliminate** la pelle dello stoccafisso e tagliatelo a tocchetti. Lavate i pomodorini, tagliateli a metà e privateli dei semi.
• **Mettete** un filo di olio di oliva in un tegame, unite lo spicchio di aglio, i capperi e le olive, e fate soffriggere per qualche minuto; eliminate l'aglio, aggiungete i tocchetti di stoccafisso, e lasciate insaporire per qualche minuto. • **Aggiungete** i pomodorini, regolate di sale e di pepe, e proseguite la cottura per circa 10 minuti. • **Lessate** i paccheri in acqua bollente e salata, quindi scolateli al dente e versateli nel tegame con il condimento. • **Profumate** con una manciata di prezzemolo tritato e fate insaporire sul fuoco per circa 1 minuto. Impiattate e servite subito.

L'alleato in cucina

Pepite di Merluzzo Findus. 200 g. Ideali per primi piatti. **€ 4,99**.

Lo sapevate che?

La varietà più pregiata di stoccafisso è detta "ragno": grandi dimensioni (70-80 centimetri), e colore bianco cereo sono le caratteristiche distintive.

MERLUZZO UNO E TRINO

1,45€ a porzione

Zuppa di baccalà e patate

Ingredienti per 4 persone
600 g di **filetti di baccalà già ammollato** • 800 g di **patate**
1 **cipolla bianca**
4 cucchiai di **passata di pomodoro**
1 **peperoncino**
1 ciuffo di **prezzemolo**
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione
• **Sbucciate** le patate, lavatele e tagliatele a spicchi piuttosto spessi. • **Tritate** finemente la cipolla e fatela appassire in un tegame con un filo di olio di oliva. Aggiungete la passata di pomodoro e fate insaporire per 5 minuti.
• **Unite** le patate, il peperoncino tagliuzzato e un pizzico di sale, e fate rosolare per qualche minuto. Versate l'acqua, fino quasi a ricoprirle, incoperchiate e fate cuocere per circa 15 minuti. • **Aggiungete** i pezzi di baccalà e una manciata di prezzemolo tritato, versate altra acqua se necessario, e proseguite la cottura per altri 7-8 minuti (in questa fase evitate di mescolare affinché i pezzi di baccalà non si sfaldino; piuttosto afferrate la pentola per i manici e rigiratela).
• **Distribuite** nei piatti da portata e servite.

Consigli per gli acquisti

Quali sono i segreti per riconoscere un ottimo **baccalà**? La lunghezza, che deve essere non inferiore ai 40 centimetri, e lo spessore, non inferiore ai 3 centimetri nel punto centrale. La pelle deve essere molto chiara e la polpa di colore bianco, tenera ed elastica. Lo **stoccafisso** di buona qualità non deve avere parti ingiallite o marcite, e deve essere di colore bianco stucco nelle parti non coperte dalla pelle.

8,50€
4 porzioni

Prepara in anticipo e surgela

2,35€ a porzione

Involtini▲ di merluzzo su crema di zucca

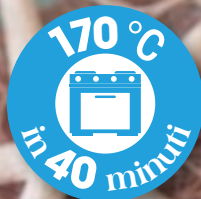
Ingredienti per 4 persone
600 g di **filetti di merluzzo**
100 g di **mollica di pane raffermo**
40 g di **pistacchi già sgusciati** • 1 spicchio di **aglio** • 2 cucchiai di **erbe aromatiche tritate** (**basilico**, **timo**, **prezzemolo**, **rosmarino**) • 500 g di **zucca già pulita**
1/2 **cipolla bianca** • **brodo vegetale**
olio extravergine di oliva • **sale e pepe**

Preparazione
• **Riunite** in un mixer da cucina i pistacchi e la mollica di pane; aggiungete le erbe aromatiche, lo spicchio di aglio e un pizzico di pepe, e frullate fino ad avere un composto bene omogeneo. • **Tritate** finemente la cipolla e fatela appassire in un tegame con 3 cucchiai di olio; unite la zucca, tagliata a tocchetti, e fate insaporire per 5 minuti. • **Bagnate** con un mestolo di brodo, aggiustate di sale, incoperchiate e lasciate cuocere per circa 15 minuti. Mescolate di tanto in tanto con un cucchiaio di legno e aggiungete altro brodo, se necessario. • **Fate aderire** il composto di pane, pistacchi ed erbe aromatiche sui filetti di merluzzo da entrambi i lati. Arrotolateli a involtino e adagiateli su una teglia, foderata con carta forno. Irrorateli con un filo di olio e infornate a 180 °C per circa 15 minuti.
• **Sfornate** la zucca e frullatela fino a ottenere una crema omogenea. Distribuitela nei piatti da portata, adagiate sopra 2 involtini di pesce e servite.

Teglia di baccalà al forno con carciofi e funghi porcini

Ingredienti per 4 persone
600 g di **baccalà già dissalato e ammollato** • 4 **carciofi**
200 g di **porcini** • 4-5 **pomodorini ciliegino** • 1 bicchiere di **vino bianco**
1 **limone** • 1 spicchio di **aglio** • 1 ciuffo di **prezzemolo** • 1 rametto di **timo**
olio extravergine di oliva • **sale e pepe**

Preparazione
• **Lavate** il baccalà, tamponatelo con carta assorbente da cucina e tagliatelo a pezzi. Pulite i carciofi e tagliate ciascuno in 3 nel senso della lunghezza. • **Raccoglieteli** man mano in una ciotola con acqua e succo di limone per non farli annerire. • **Pulite** i porcini con un canovaccio inumidito e tagliateli a fettine. Lavate i pomodorini e tagliateli a metà. In una teglia da forno adagiate i pezzi di baccalà, i carciofi e i porcini. • **Ricoprite** con i pomodorini. Preparate un'emulsione con l'olio e il vino bianco. Aggiungete un pizzico di sale, una macinata di pepe, e le erbe aromatiche e lo spicchio di aglio, tritati finemente. • **Versate** l'emulsione nella teglia e infornate a 170 °C per circa 40 minuti (coprite la teglia con la carta di alluminio se la superficie dovesse scurirsi troppo). Sfornate e servite subito.

170 °C in 40 minuti

Crostoni ▲ gratinati con baccalà aioli e porri

Ingredienti per 4 persone
500 g di **filetti di baccalà dissalato**
2 spicchi di **aglio** • 1 foglia di **alloro**
1 **porro** • **farina** • 8 fette di **pane ai cereali tostato** • **olio extravergine di oliva**
Per la salsa aioli: 4 spicchi di **aglio**
1 **tuorlo** • 250 ml di **olio extravergine di oliva** • **il succo** di 1 **limone** • **sale**

MERLUZZO UNO E TRINO

Preparazione
• **Sistemate** i filetti di baccalà in una casseruola, irrorate con 4 cucchiai di olio e insaporite con l'aglio schiacciato e l'alloro.
• **Mettete** sul fuoco e fate cuocere per circa 15 minuti. Togliete e lasciate intiepidire.
• **Prelevate** i filetti di pesce con un mestolo, eliminate la pelle e le eventuali lische, e sminuzzateli. • **Raccoglieteli** in un mixer e frullate aggiungendo a filo il fondo di cottura del pesce filtrato. Tenete da parte. • **Per la salsa**: spellate e pestate in un mortaio gli spicchi di aglio; incorporate il tuorlo, un pizzico di sale e l'olio: versatelo inizialmente goccia a goccia e, non appena la salsa comincerà a legarsi, incorporatelo a filo come per una maionese. • **Aggiungete**, poco alla volta, il succo di limone e 1/2 cucchiaio di acqua fredda. Tagliate il porro a tocchetti, infarinateli e friggeteli in olio ben caldo. • **Sistemate** su un piatto le fette di pane, spalmatele con la crema di baccalà, irroratele con la salsa e gratinate sotto il grill del forno per 1 minuto.
• **Guarnite** con i porri e servite.

IL METODO INFALLIBILE

SCONGELARE IL PESCE: come farlo in modo rapido e sicuro

TUTTO NEL SACCHETTO: il primo passo da fare è togliere il pesce dalla sua confezione o, se fresco, dalla bustina nel quale è stato inserito, e metterlo in un sacchetto a chiusura ermetica con cerniera. In questo modo, i succhi del pesce non verranno dispersi, ma saranno trattenuti nella polpa.

OCCHIO ALLA TEMPERATURA: il pesce deve scongelare lentamente, a una temperatura di circa 4 °C. Per far sì che questo avvenga, mettete il sacchetto in una ciotola piena di acqua corrente fredda. L'acqua, infatti, è un conduttore di calore migliore dell'aria e favorisce uno scongelamento più veloce, limitando la crescita della carica batterica.

DATEGLI PESO: il sacchetto con il pesce deve restare completamente immerso in acqua fredda. Perciò, per evitare che galleggi, ponete sul sacchetto a chiusura ermetica un peso leggero (come un bicchiere o un barattolo).

SOSTITUITE L'ACQUA, PLEASE! Per evitare che la temperatura dell'acqua salga, sostituitela ogni 15 minuti circa, fino a quando il pesce non si sarà completamente scongelato. In alternativa, lasciate scorrere un filo di acqua fredda.

LE DIMENSIONI CONTANO: questo metodo è quello più corretto per pesci di piccole dimensioni e, a seconda della pezzatura, può durare dai 20 minuti a 1 ora.

FACILE CUCINA

VOTA LA COVER, INVIA LA RICETTA

Scegliete la copertina che più vi è piaciuta e mandateci le foto delle ricette che avete realizzato dalla rivista: pubblicheremo le migliori!

NOI PER VOI...

Medaglioni speck e brie in carrozza, girandole di frappe, o pan brioche? Diteci tra le proposte di **copertina** di *Facile Cucina*, quale vi è piaciuta di più! E diteci anche se, nei prossimi numeri, vorreste trovare ricette particolari…

All'interno l'inserto staccabile, nel **formato rivista**, grande e leggibile

PIÙ FACILE DI COSÌ!

SCRIVETE A:

facilecucina@alice.tv

...VOI PER NOI!

Ma non fermatevi qui. Indicateci le vostre preferenze tra **tutte le ricette** che avete trovato su *Facile Cucina*. Se poi le avete realizzate, mandateci le foto: le pubblicheremo.

Le migliori, per riuscita e presentazione, riceveranno *un libro di ricette in omaggio!*

La ricetta scelta questo mese è di @olimpia

"Carissima Redazione, la copertina di Carnevale è l'allegria, l'inventiva e la bontà in tavola! Mi è veramente piaciuta e non ho potuto fare a meno di provare la ricetta delle girandole! Speciali veramente! Il vostro giornale è attesissimo da me e dalle mie amiche perché le vostre proposte sono delle ricettissime! Vi ringrazio di cuore e continuate sempre così".

@olimpia

"Cara Olimpia, ma sei un portento, le tue girandole di frappe sono davvero impeccabili! Grazie di cuore per la fiducia che tu e le tue amiche ci accordate, siete la nostra forza! Altre "ricettissime" le ritroverete presto sul canale Alice... che sta lavorando alle frequenze per voi. Continuate a seguirci e ancora complimenti!".

Giulia Macrì - Vicedirettore di *Facile Cucina*

Carciofissimi!

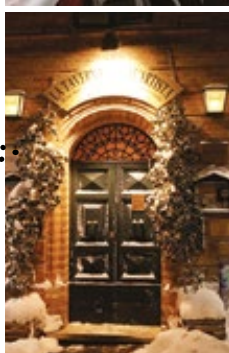
Alla giudia, come tradizione romana vuole, alla brace, ripieni… Ecco una serie di indirizzi, da appuntare in agenda, dove gustare i carciofi in tutta la loro bontà

10 LOCALI top d'Italia

RISTORANTE VITTORIA DAL 1918 Torino
Locale di più che centenaria tradizione che propone piatti semplici e genuini vicino alla stazione Porta Nuova di Torino.
Via Carlo Alberto 34, Torino
tel. 011 541923
www.facebook.com/ristorantevittoriadal1918

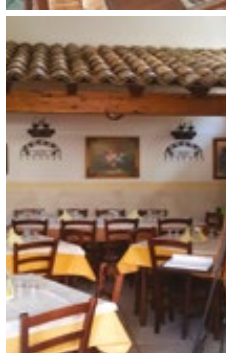
DA ENZO AL 29 - Roma
Piccolo ristorante in Trastevere con piatti tipici romani.
Segno di garanzia: la fila di clienti in attesa, ma il servizio è veloce.
Carciofo alla romana e alla giudia.
Via dei Vascellari 29, Roma
tel. 06 5812260
www.daenzoal29.com

PIATTI SPAIATI LE MARIONETTE Loano (Sv)
Ristorante family friendly – attrezzato di giochi esterni e interni – nel pieno centro di Loano con ottimi piatti della tradizione ligure. Carciofi e seppie sono la specialità in menu.
Via Stella 34, Loano (Sv)
tel. 019 670948
www.piattispaiati.it

NONNA BETTA - Roma
Un antico locale ebraico fondato nel 1909 dove i segreti e le ricette giudaico-romanesche continuano a stupire e a solleticare i palati.
Immancabile, tra le specialità, il carciofo alla giudia.
Via del Portico d'Ottavia 16, Roma
tel. 06 68806263
www.nonnabetta.it

LA TAVERNA DELL'ARTISTA Montelupone (Mc)
La Taverna dell'Artista è un ristorante/pizzeria/risotteria situato al centro di Montelupone in un palazzo storico dell'800. Piatti a base di carciofi di Montelupone, presidio slow food.
Via Regina Margherita 8, Montelupone (Mc) - tel. 0733 226676
www.ristorantelatavernadellartista.it

IL CONTADINO - Otranto (Le)
Agriturismo, immerso in 50 ettari di vigneti e frutteti, che mette in tavola la freschezza dei propri prodotti, per la maggior parte dell'azienda. Come i carciofi fritti e sott'olio.
Via Azienda, Località Frassanito, Otranto (Le) - tel. 0836 803065
www.ilcontadino.it

OSTERIA DEL SEMINARIO - Nepi (Vt)
Locale dall'atmosfera antica e familiare con cucina a vista, che mescola in maniera inconsueta ma riuscitissima i sapori dell'alto Lazio con la cucina della Sardegna.
Via del Seminario 2, Nepi (Vt)
tel. 0761 556057
www.facebook.com/osteriadelseminario

120 STREET - Cerda (Pa)
Grazioso locale a conduzione familiare sulla strada principale di Cerda, con pietanze a base di carciofi ben presentati con possibilità di bis e oltre.
Via Roma 288, Cerda (Pa)
tel. 327 3391539
www.ristorante120streetcerda.com

CANTINA E CUCINA - Roma
Ristorante di cucina romana a due passi da Piazza Navona. Ottimo servizio, tanto da offrire prosecco con chips per snellire la possibile attesa del tavolo. Tra le specialità, il carciofo alla romana e alla giudia.
Via del Governo Vecchio 87, Roma
tel. 06 6892574
cantinaecucina.it

SALE E PEPE - Modica (Rg)
La trattoria Sale e Pepe a Modica segue le ricette tradizionali siciliane, focalizzando l'attenzione sulle materie prime locali scelte con cura ogni giorno. Al top, involtini ai carciofi e carciofi ripieni.
Via Ovidio 9, Modica (Rg)
tel. 0932 903512
www.trattoriasaleepepe.com

Dedicati a PAPÀ

Acqua, burro, farina e uova. Quattro semplici ingredienti per confezionare i dolci più tipici per la Festa del papà: dai ghiotti bignè alle zeppole… c'è solo da leccarsi i baffi

3 dolci coccole con la pasta choux

Bignè di crema al caffè

Bignè di crema al caffè

Ingredienti per 30 pezzi
Per la pasta choux: 250 g di **acqua**
125 g di **burro**
140 g di **farina 00** • 4 **uova**
Per la crema al caffè: 120 g di **panna fresca** • 40 g di **zucchero a velo**
150 g di **mascarpone**
4 g di **caffè solubile** • 5 g di **acqua**
Per la decorazione: **cioccolato al latte** • **chicchi di caffè**

Preparazione
• **Per la pasta choux**: portate a bollore l'acqua con il burro in un pentolino. Versate a pioggia la farina e mescolate energicamente finché il composto non inizierà a staccarsi dalle pareti del pentolino. • **Versate** il composto in una ciotola e lasciate intiepidire, quindi incorporate le uova, aggiungendone uno alla volta. • **Raccogliete** il composto in un sac à poche con bocchetta liscia e formate delle piccole gocce su una teglia, foderata con carta forno, mettendole ben distanziate l'una dall'altra. • **Infornate** a 190 °C e fate cuocere per circa 18 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate raffreddare. • **Preparate la crema al caffè**: fate sciogliere il caffè con l'acqua in un pentolino. Montate con le fruste elettriche il mascarpone e poi aggiungete il caffè sciolto. • **Montate** la panna con lo zucchero a velo e incorporatela al composto, mescolando delicatamente con una spatola dall'alto verso il basso. Bucate la base dei bignè e farciteli con la crema al caffè. • **Per la decorazione**: fate sciogliere il cioccolato al latte in microonde o a bagnomaria, intingete le punte dei bignè nel cioccolato fuso e lasciate colare il cioccolato in eccesso. • **Guarnite** con un chicco di caffè e fate riposare in frigo per circa 2 ore prima di servire.

Occhio alla cottura

È importante che il forno in cui intendete cuocere i bignè non sia ventilato, altrimenti non gonfieranno in modo uniforme. Per lo stesso motivo, non non va mai aperto il portello in cottura.

Ricette cool a costo zero da fare con ciò che già avete

Éclairs di crema al caffè

Ingredienti per circa 10 éclairs

✓ In frigo
100 g di **pasta choux** • 150 g di **crema al caffè** • 60 g di **burro**

✓ In dispensa
1 **tavoletta di cioccolato bianco**
caffè in polvere • **chicchi di caffè**

Preparazione
• **Raccogliete** la pasta choux in un sac à poche con bocchetta rigata, quindi formate su una teglia, foderata con carta forno, tanti bastoncini di circa 7 cm di lunghezza, ben distanziati l'uno dall'altro. • **Infornate** a 190 °C e fate cuocere per 20-25 minuti. Spegnete, aprite leggermente lo sportello del forno e lasciateli asciugare per bene. Al termine, levateli e teneteli da parte. • **Per la glassa:** fate fondere il cioccolato bianco, tritato, a bagnomaria. Levate dal fuoco, unite il burro a pezzetti, a temperatura ambiente, e mescolate finché si sarà sciolto e il composto risulterà liscio e omogeneo.
• **Glassate** gli éclairs con la glassa preparata, spolverizzateli con un po' di caffè in polvere, decorate con un chicco di caffè e lasciate asciugare completamente.
• **Farcite** gli éclairs con la crema al caffè, bucando la pasta, e servite.

Zeppole ai 3 cioccolati

Ingredienti per circa 30 zeppole
450 g di **pasta choux**
Per la crema pasticciera: 1 l di **latte**
8 **tuorli** • 280 g di **zucchero**
50 g di **farina 00** • 70 g di **amido di mais** • 1 **bacca di vaniglia**
Vi servono inoltre: 130 g di **cioccolato fondente** • 130 g di **cioccolato bianco**
130 g di **cioccolato gianduia**
zucchero a velo

Preparazione
• **Raccogliete** la pasta choux in un sac à poche con bocchetta rigata e formate delle ciambelline di 8 cm di diametro su una teglia, foderata con carta forno. • **Infornate** a 190 °C e fate cuocere per circa 25 minuti. Preparate la crema: fate scaldare il latte con i semi della bacca di vaniglia. • **Lavorate** i tuorli con lo zucchero, la farina e l'amido; versate a filo il latte caldo, mettete sul fuoco e fate cuocere fino ad addensamento. • **Dividete** la crema calda in 3 parti uguali e aggiungete a ciascuna un cioccolato diverso, tritato. Mescolate e lasciate raffreddare. Trascorso il tempo di cottura delle zeppole, sfornatele e fatele raffreddare. • **Tagliatele** a metà e farcitele con 3 spuntoni di creme diverse, chiudetele e spolverizzatele con lo zucchero a velo.

Farcitura di primavera

Preparate la **crema pasticciera** e lasciatela raffreddare in frigo. Unite quindi **un cucchiaio colmo di marmellata di fragole** alla crema e mescolate accuratamente.

Non è Pasqua senza...

Golosissime uova di cioccolato e colombe tutti-gusti

Uovo di cioccolato extra fondente al 70% **Bauli grandi firme**. All'interno un codice PhotoSì per 40 stampe fotografiche gratuite. 240 g.

€9,49

Uovo Ferrero Rocher da 225 g. Uno scrigno di cioccolato con granella di nocciole che racchiude all'interno 4 ferrero rocher.

€9,99

Per i piccoli di casa c'è l'uovo al cioccolato al latte **Paw Patrol** di **Balocco**. All'interno una divertente sorpresa. 150 g.

€6,99 circa

€13,50

Soffice colomba artigianale **Pistì**. Con pistacchi di Sicilia, ananas e albicocca. Formato da 750 g.

Colomba Motta nell'esclusiva metal box vintage. Formato da 1 kg.

€11,90

€6,99

La Colomba di Verona Bauli da 1 kg. Lievitata naturalmente, senza canditi e con una deliziosa glassa croccante alle mandorle.

€5,99 circa

Colomba **Cereali&Cioccolato Balocco**: con 5 cereali e maxi gocce di cioccolato. Decorata con semi di chia, lino e girasole, è disponibile nel formato da 750 g.

Idea regalo luxury

Caffarel presenta il nuovo uovo della linea eccellenze d'Italia. Finissimo cioccolato fondente, ottenuto da nocciole di Piemonte igp, con mandorle pugliesi e pistacchi salati di Sicilia. 530 g.

€36,90

€29

Colomba artigianale della **Pasticceria Filippi**. Preparata con gocce di cioccolato fondente della Costa d'Avorio e gustosi pezzetti di pera candita. 1 kg.

4 uova di Pasqua solo da farcire

Prendete un uovo di cioccolato… fatto? Tagliatelo a metà o privatelo della calotta, riempitelo con farce e creme voluttuose… E il dessert (e il successo a tavola) è assicurato!

Uovo al latte pralinato con ganache al whisky pag. 98

Ovetto fondente farcito di crema alla pastiera pag. 97

Uovo ripieno di mousse al cioccolato bianco con cuore di fragola pag. 99

Uovo alla "coque" con bastoncini di colomba pag. 98

Idea chic: nido al cioccolato bianco

Fate fondere dolcemente **150 g di cioccolato bianco** a bagnomaria. Spegnete, raccogliete il cioccolato in un sac à poche con bocchetta piccola e realizzate tante righe su una teglia ghiacciata. Prelevate subito le righe e modellatele in modo da formare un nido.

Ovetto fondente farcito di crema alla pastiera

Ingredienti per 4 uova
4 **uova al cioccolato** da 150 g l'uno
zucchero a velo
Per la crema alla pastiera:
500 ml di **latte** • 100 g di **tuorli**
150 g di **zucchero** • 50 g di **amido di mais** • 200 g di **grano cotto per pastiera** • 50 g di **arancia candita**
1/2 **arancia** • 1/2 **limone**
qualche goccia di **aroma millefiori**
zucchero a velo

Preparazione

• **Per la crema alla pastiera**: fate bollire il latte in una casseruola con 75 g di zucchero e la scorza degli agrumi grattugiata. Lavorate i tuorli con lo zucchero restante, quindi unite l'amido di mais e mescolate per bene. • **Versate** a filo il latte caldo, filtrato, rimettete sul fuoco e fate cuocere fino ad addensamento. Spegnete e lasciate raffreddare. Appena la crema si sarà raffreddata, incorporate il grano, ben scolato e sciacquato, e l'arancia candita, tagliata a dadini. • **Farcite** le uova con la crema alla pastiera. • **Spolverizzate** con un po' di zucchero a velo e servite.

Uovo al latte pralinato con ganache al whisky

Ingredienti per 4 persone
1 **uovo di cioccolato al latte** da 500 g
250 g di **pan di Spagna**
200 g di **cioccolato al latte**
200 g di **granella di nocciole**
2 cucchiai di **crema di whisky**
Per la ganache al whisky:
100 g ml **panna fresca**
100 g di **crema di whisky**
15 g di **miele** • 180 g di **cioccolato al latte** • 250 g di **panna montata**

Preparazione
• **Fate fondere** il cioccolato al latte in un pentolino. Spennellate l'uovo intero con il cioccolato al latte fuso, passatelo nella granella di nocciole e lasciate asciugare per bene. • **Per la ganache**: fate scaldare la panna fresca in un pentolino con la crema di whisky e il miele; fate fondere il cioccolato al latte, versate la panna calda ed emulsionate per bene. • **Trasferite** in frigo e lasciate riposare per una notte. Trascorso questo tempo, riprendete il composto e incorporate la panna montata, quindi montate con le fruste fino a ottenere un composto soffice. Rimettete in frigo e tenete da parte.
• **Tagliate** il pan di Spagna a dadini e bagnateli con la crema di whisky.
• **Tagliate** quindi a metà l'uovo (delicatamente e con l'aiuto di un coltello caldo) e farcite una metà con la ganache e i dadini di torta.
• **Portate** in tavola e servite.

Al latte pralinato

Tips & Tricks
Potete utilizzare l'altra metà dell'uovo come "scenografico" coperchio, o spezzettarlo e darlo ai bimbi di casa.

3,70€
4 porzioni

Uovo alla "coque"▲ con bastoncini di colomba

Ingredienti per 6 persone
6 **uova di cioccolato piccole** (da 20 g l'uno) • 2 fette di **colomba senza canditi**
noce moscata in polvere
Per lo zabaione freddo: 125 g di **tuorli**
180 g di **zucchero** • 50 g di **acqua**
1 bicchierino di **marsala secco**

Preparazione
• **Per lo zabaione**: raccogliete l'acqua e lo zucchero in un pentolino, mettete sul fuoco e fate sciogliere fino a ottenere uno sciroppo. • **Montate** a parte i tuorli con un robot da cucina e, appena lo sciroppo sarà arrivato alla temperatura di 121 °C, versatelo a filo sui tuorli e proseguite a montare fino a raffreddamento. • **Unite** il marsala, mescolate per bene e poi trasferite in frigo.
• **Tagliate** le fette di colomba a bastoncini, trasferiteli in una teglia, foderata con carta forno, e fateli tostare in forno a 250 °C per circa 4-5 minuti. • **Aiutandovi** con un coltellino ben caldo, praticate un taglio netto ed eliminate la calotta superiore delle uova. Tritate finemente la calotta di cioccolato e incorporatela allo zabaione. • **Farcite** le uova con la crema, completate con un bastoncino di colomba e una spolverizzata di noce moscata, e servite.

Uovo ripieno di mousse al cioccolato bianco con cuore di fragola

Ingredienti per 6 persone
1 **uovo di cioccolato bianco** da 500 g
Per la mousse: 125 ml di **latte**
6 g di **gelatina già ammollata**
240 g di **cioccolato bianco**
250 g di **panna montata**
2 **limoni**
Per il cuore di fragola:
150 g di **purea di fragola**
5 g di **gelatina già ammollata**
20 g di **zucchero**
Per il biscotto: 50 g di **burro**
50 g di **farina 00** • 50 g di **farina di mandorle** • 50 g di **zucchero**

Preparazione
• **Per la mousse:** fate scaldare il latte in un pentolino, unite la gelatina, ben strizzata, e fate sciogliere per bene. Versate il liquido sul cioccolato bianco, tritato, ed emulsionate perfettamente. • **Aromatizzate** con la scorza dei limoni grattugiata e lasciate riposare finché la mousse non sarà arrivata a 35 °C. Incorporate delicatamente la panna montata e poi fate raffreddare. • **Per il cuore di fragola**: fate scaldare una parte di purea di fragole, unite la gelatina, ben strizzata, e fate sciogliere per bene. • **Frullate** la purea restante con lo zucchero e poi filtrate. Unite le due puree e poi versate il composto ottenuto negli stampini piccoli in silicone a forma di cupola. Trasferite in frigo e fate raffreddare finché il composto negli stampini non sarà ben sodo. • **Per il biscotto**: amalgamate le farine con il burro e lo zucchero. Sbriciolate il composto ottenuto su una teglia, foderata con carta forno, e infornate a 170 °C per circa 10-15 minuti. Sfornate e lasciate raffreddare. • **Tagliate** a metà l'uovo al cioccolato con un coltellino ben caldo, facendo attenzione a non romperlo. • **Farcite** con la mousse e adagiate al centro il cuore di fragola. Chiudete con il biscotto e trasferite le uova su un vassoietto, mettendole dalla parte piatta.

Tips & Tricks
In alternativa, per preparare il cuore di fragola, al posto delle cupolette in silicone, potete utilizzare degli stampini per cubetti di ghiaccio, foderati con pellicola trasparente.

Cioccolato bianco

8,20€
6 porzioni

PASTIERA & COLOMBA
Non è Pasqua senza uova di cioccolato, ma la pastiera e la colomba dove le mettiamo?
4 dolci della tradizione
Pastiera pasquale
7,70€ 8 porzioni
Prepara in anticipo e surgela
L'alleato in cucina
Grano cotto per pastiera napoletana da 420 g di D'Amico.
€ 1,09.
D'Amico
grano cotto
per pastiera napoletana

Pastiera pasquale

Ingredienti per 8 persone
Per la pasta frolla: 350 g di **farina 00** (più altra per lo stampo)
130 g di **burro** (più altro per lo stampo)
2 **uova** • 130 g di **zucchero**
1 pizzico di **sale**
la scorza di 1/2 **limone grattugiata**
Per il ripieno: 500 g di **ricotta di pecora**
400 g di **grano cotto**
100 g di **latte** • 330 g di **zucchero**
1 noce di **burro** • 4 **uova**
2 **tuorli** • 100 g di **arancia candita**
1 pizzico di **cannella in polvere**
2 cucchiaini di **estratto di vaniglia**
1 **arancia** • 1 **limone**
1 fialetta di **aroma di fiori d'arancio**
1 pizzico di **sale**

Preparazione
• **Per la pasta frolla**: disponete la farina a fontana, unite al centro gli altri ingredienti e mescolate velocemente fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. • **Formate** una palla, avvolgetela con pellicola trasparente e trasferite in frigo. • **Raccogliete** la ricotta in un colino a maglie strette, qualche ora prima della preparazione, e fatela scolare per bene; quindi conservate in frigo.
• **Versate** nel frattempo in un tegame il grano con il latte, il burro, un pizzico di sale e le scorze degli agrumi grattugiate (foto 1). • **Mettete** su fuoco dolcissimo e lasciate cuocere, mescolando spesso, per circa 30 minuti. Spegnete e fate raffreddare a temperatura ambiente (foto 2). • **Passate** la ricotta al setaccio (foto 3), raccoglietela in una terrina e mescolatela con lo zucchero (foto 4).
• **Incorporate** le uova e i tuorli, leggermente sbattuti, la crema di grano (foto 5), e infine la scorza di arancia candita, tagliata a dadini (foto 6). Profumate con la cannella in polvere, l'estratto di vaniglia e l'aroma di fiori d'arancio. • **Stendete** la pasta frolla a uno spessore di 4-5 mm e foderate uno stampo per crostata da 24 cm di diametro, imburrato e infarinato (foto 7). • **Versate** il ripieno e ricoprite la superficie con strisce di pasta frolla intrecciate (foto 8). Infornate a 150-160 °C e fate cuocere per circa un'ora e 40 minuti.
• **Sfornate**, fate intiepidire, sformate su un piatto da portata e servite.

Colomba veloce al gianduia

Ingredienti per 6-8 persone
180 g di **farina 00** • 100 g di **fecola**
200 g di **burro** • 150 g di **zucchero**
4 **uova** • 50 g di **liquore a piacere**
20 g di **lievito chimico per dolci**
80 g di **albicocche secche**
80 g di scaglie di **cioccolato gianduia**
1 baccello di **vaniglia** • 1 **limone**
Per la glassa: 100 g di **farina di mandorle** • 100 g di **zucchero a velo** • 1 **uovo intero** • **scaglie di mandorle** • **granella di zucchero**

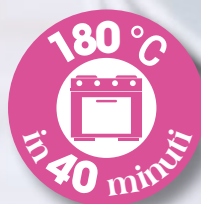
Preparazione
• **Lavorate** il burro con lo zucchero, fino a ottenere una crema omogenea. Incorporate le uova, uno alla volta, e amalgamate. Setacciate la farina, la fecola e il lievito. • **Unite** al composto la vaniglia, il liquore, la scorza e il succo del limone, e le farine setacciate; lavorate per bene e infine aggiungete le albicocche, tagliate a pezzetti, e le scaglie di cioccolato. • **Versate** l'impasto in uno stampo per colomba e fate cuocere in forno già caldo a 180 °C per circa 40 minuti. • **Per la glassa:** raccogliete tutti gli ingredienti in una ciotola e amalgamateli accuratamente. Quando mancheranno 10 minuti alla fine della cottura, sfornate e spalmate la glassa sulla superficie della colomba. • **Infornate** nuovamente e lasciate colorire per bene. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate intiepidire.

180 °C in 40 minuti

0,80€ a porzione

Zuccotto ▲ di colomba farcito con bagna al limoncello

Ingredienti per 4-6 persone
500 g di **colomba** • 300 ml di **panna fresca** • 150 g di **zucchero**
6 g di **gelatina già ammollata**
1 bicchierino di **limoncello** • 4 **tuorli**
4 **albumi** • 2 **limoni** • **sale**
Vi servono inoltre: **scorzette di limone**

Preparazione
• **Per la crema**: lavorate i tuorli con 100 g di zucchero, 150 ml di panna, il succo e la scorza grattugiata di 1 limone. Mettete sul fuoco e fate cuocere a fiamma dolce, mescolando, fino a ottenere una crema densa. Spegnete, incorporate la gelatina, ben strizzata, e lasciate intiepidire. • **Montate** a neve ben ferma gli albumi con un pizzico di sale, unite quindi lo zucchero restante, sempre continuando a montare, e incorporateli alla crema. • **Tagliate** la colomba a fette e bagnatele con il limoncello, diluito in poca acqua. • **Foderate** uno stampo da zuccotto con pellicola trasparente, rivestitelo con le fette di colomba e farcite con la crema al limoncello e un po' di colomba a pezzetti, coprite con le fette rimaste e fate raffreddare in frigo per 4 ore. Sformate e guarnite con la panna restante montata e le scorzette di limone.

Colomba ricoperta di cioccolato

Ingredienti per 6-8 persone
1 **colomba** da 750 g
Per il cioccolato plastico:
175 g di **cioccolato fondente**
100 g di **glucosio**
Vi servono inoltre:
ovetti di cioccolato
fiorellini di zucchero

Preparazione
• **Preparate il cioccolato plastico**: tritate finemente il cioccolato, raccoglietelo in un pentolino e fatelo sciogliere dolcemente a bagnomaria. • **Incorporate** il glucosio, precedentemente sciolto al microonde, e mescolate bene con un cucchiaio di legno. • **Lasciate raffreddare**, quindi trasferite il composto in un sacchetto a chiusura ermetica e fate rapprendere a temperatura ambiente per 10-12 ore. Trascorso il tempo, stendete il cioccolato con il matterello e formate un rettangolo. • **Ricoprite** con questo la colomba e ritagliate la pasta in eccesso. • **Formate** con i ritagli delle piccole striscioline di 2-3 mm di spessore e realizzate dei piccoli nidi. • **Mettete** 2-3 ovetti di cioccolato per ciascun nido, guarnite con i fiorellini di zucchero e servite.

L'alleato in cucina
Sciroppo di glucosio di **Decora.**
www.decora.it

Appena
SFORNATE
Cinque ghiotte torte di casa, soffici, fragranti e appena sfornate, per merende goduriosissime
5 torte di casa
Egg free
4,20€
6 porzioni
CIAMBELLONI &CO.
Torta di mele e noci

Egg free

Torta di mele e noci

Ingredienti per 6 persone
200 g di **farina 00** • 100 ml di **latte**
125 g di **yogurt bianco naturale**
150 g di **zucchero di canna**
100 g di **gherigli di noce tostati**
60 g di **olio di semi** • 3 **mele golden**
12 g di **lievito in polvere per dolci**
1/2 cucchiaino di **cannella**
la scorza grattugiata di 1/2 **limone**
2 cucchiai di **succo di limone**
Vi servono inoltre: **zucchero di canna**
zucchero a velo • **burro**
farina 00

Preparazione
• **Sbucciate** le mele ed eliminate il torsolo. Tagliatele a dadini e irrorateli con il succo di limone. • **Tritate** le noci, mettendone da parte una manciata, e raccoglietele in una ciotola insieme alla farina. • **Aggiungete** il lievito, la cannella, lo zucchero e la scorza di limone grattugiata. Preparate una miscela con l'olio, il latte e lo yogurt. Versatela nella ciotola con la farina e mescolate fino a ottenere un composto bene amalgamato.
• **Trasferitelo** in uno stampo da 22 cm di diametro, ben imburrato e spolverizzato con un po' di farina. Ricoprite la superficie con le mele e le noci tenute da parte, e cospargete con 2 cucchiai di zucchero di canna. • **Infornate** a 180 °C per circa 45 minuti. Sfornate e lasciate intiepidire, quindi sformate e fate raffreddare su una griglia per dolci. Spolverizzate con un po' di zucchero a velo e servite.

Torta al caffè e gocce di cioccolato

Ingredienti per 6 persone
150 g di **farina 00** • 40 g di **fecola di patate** • 120 g di **zucchero**
50 g di **burro fuso** • 70 ml di **caffè espresso** • 120 ml di **latte**
10 g di **lievito per dolci**
70 g di **gocce di cioccolato**
Vi servono inoltre: **burro** • **farina 00**

Preparazione
• **Riunite** in una ciotola lo zucchero e la farina, setacciata assieme alla fecola e al lievito. Preparate una miscela con il latte, il caffè e il burro fuso.
• **Versatela** sulle polveri e mescolate fino a ottenere un composto omogeneo. Unite le gocce di cioccolato, mescolate brevemente, e poi versate il composto in uno stampo da 20 cm di diametro, imburrato e infarinato. • **Infornate** a 180 °C e fate cuocere per circa 45 minuti. Sfornate e lasciate intiepidire, quindi sformate, impiattate e servite.

Uova, come le sostituisco?

A volte la sostituzione delle uova nei dolci non avviene solo per una scelta etica, come nell'alimentazione vegana, ma anche per una questione di salute (molte persone infatti soffrono di allergie o intolleranza alle uova). E allora, come rimediare?

Mezza banana: potete schiacciare mezza banana e unirla all'impasto all'inizio della preparazione. Servirà a rendere il dolce più soffice e morbido.

Yogurt di soia: 60 g di yogurt equivalgono a 1 uovo.

Semi di lino: 1 cucchiaio di farina di semi di lino miscelata con 3 cucchiai di acqua. Prediligetela come sostituzione delle uova nel caso di dolci al cacao o dal sapore più deciso. L'aroma caratteristico della farina di lino potrebbe, infatti, influire sulla resa finale.

Latte: per lucidare i dolci scaldate 100 ml di latte (vaccino o vegetale) con 2 cucchiai di zucchero di canna, spennellate il composto ancora caldo sulla superficie del lievitato e infornate.

Ciambella alla panna e caffè ricoperta di cioccolato

Ingredienti per 6 persone
150 ml di **panna fresca** • 4 **uova**
220 g di **zucchero** • 100 ml di **caffè espresso** • 1 cucchiaino di **caffè solubile** • 300 g di **farina** • 1 bustina di **lievito per dolci** • **sale**
Per la copertura: 100 g di **cioccolato fondente** • 80 ml di **panna fresca**
20 g di **burro**
Vi servono inoltre: **panna montata cacao amaro in polvere** • **chicchi di caffè** • **burro** • **farina**

Preparazione
• **Imburrate** e infarinate uno stampo a ciambella da 2 l di capacità. Montate la panna fresca con le fruste elettriche; in un'altra ciotola lavorate le uova con lo zucchero e un pizzico di sale fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. • **Setacciate** a parte la farina con il lievito e unitela in più riprese al composto, mescolando in continuazione. • **Fate sciogliere** il caffè solubile nel caffè espresso, versatelo nell'impasto e amalgamate. Incorporate infine la panna montata, mescolando delicatamente e con movimenti dall'alto verso il basso per non smontare il composto. • **Versate** l'impasto nello stampo e infornate a 180 °C per circa 50 minuti (per verificare la cottura, fate comunque la prova stecchino). Levate e lasciate intiepidire, quindi sformate e fate raffreddare su una gratella per dolci. • **Preparate la copertura**: tritate grossolanamente il cioccolato fondente e fatelo sciogliere a bagnomaria; portate a ebollizione la panna insieme al burro. Versate la panna calda sul cioccolato ed emulsionate con una frusta piccola.
• **Mettete** la gratella con la torta su un piatto e colate la copertura, cercando di coprire omogeneamente la sommità del dolce. • **Battete** delicatamente la gratella, per eliminare eventuali bolle d'aria, trasferite in un luogo fresco e lasciate rapprendere per almeno 30 minuti. • **Tagliate** a fette e servite accompagnando con un ciuffo di panna montata spolverizzata con un po' di cacao e guarnita con un chicco di caffè.

Ciambellone ▲ all'olio glassato al cioccolato bianco

Ingredienti per 4-6 persone
3 **uova** • 125 g di **latte**
130 g di **zucchero** • 70 g di **olio di semi di arachide** • 16 g di **lievito per dolci in polvere** • 300 g di **farina 00**
100 g di **purea di zucca**
Per la glassa: 400 g di **cioccolato bianco**
150 ml di **panna fresca**
Vi servono inoltre: **riccioli di cioccolato bianco** • **burro** • **farina**

Preparazione
• **Lavorate** le uova con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. • **Emulsionate** il latte e l'olio con un mixer a immersione, quindi incorporateli al composto, mescolando delicatamente e con movimenti dall'alto verso il basso. Unite la farina, setacciata con il lievito, e infine la purea di zucca. • **Imburrate** e infarinate uno stampo per ciambellone (da 30 cm di diametro), versate il composto e infornate a 180 °C per circa 35 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate, fate raffreddare e infine sformate. • **Per la glassa**: fate scaldare la panna. Fate sciogliere il cioccolato bianco, versatelo a filo nella panna calda e mescolate per bene. Ricoprite il ciambellone con la glassa, guarnite con i riccioli di cioccolato bianco e servite.

Sotto copertura

3 glasse effetto wow

1 *Salsa al mou e croccantino*

Fate sciogliere **100 g di zucchero** con **4 cucchiai di acqua** in un pentolino, mettete sul fuoco e fate ridurre dolcemente fino a ottenere una salsa ambrata (non scura). Togliete dal fuoco, versate a filo **400 ml di panna calda** e mescolate. Rimettete sul fuoco e fate cuocere fino a ottenere una cremina di colore ambrato. Levate e fate intiepidire. Versate la salsa sul dolce, cospargetelo con **300 g di croccantino di mandorle** e servite.

2 *Glassa ai ribes rossi*

Setacciate **100 g di zucchero a velo** in una ciotola. Fate bollire l'**acqua** in un pentolino e aggiungetene un paio di cucchiai, uno alla volta, allo zucchero. Mescolate fino a ottenere una glassa fluida (se la glassa dovesse risultare troppo liquida, aggiungete altro zucchero a velo). Colorate con **20 ml di succo di ribes rossi** e versate la glassa sul dolce.

3 *Glassa al limone*

Setacciate **125 g di zucchero a velo** in una ciotola, aggiungete **il succo di 1 limone**, un cucchiaino alla volta, fino a ottenere una glassa densa e lucida. Versate la glassa sul dolce e completate con **scorzette di cedro candito**.

Chiffon cake al limone

Ingredienti per 6 persone
300 g di **farina 00** • 6 **uova**
100 g di **olio di semi di girasole**
260 g di **zucchero** • 16 g di **lievito in polvere** • **la scorza grattugiata** di 2 **limoni** • **il succo** di 1/2 **limone**
150 g di **acqua a temperatura ambiente** • **zucchero a velo**
Vi servono inoltre: **burro** • **farina**
crema di castagne

Preparazione

• **Raccogliete** i tuorli, l'acqua, il succo di limone e l'olio in una ciotola, e montate con le fruste elettriche fino a ottenere un composto schiumoso.
• **Setacciate** la farina con il lievito; aggiungete lo zucchero e la scorza grattugiata dei limoni, e miscelate. Unite le polveri al composto di tuorli mescolando delicatamente dall'alto verso il basso. Incorporate infine gli albumi montati a neve ben ferma.
• **Versate** il composto in uno stampo da chiffon cake (da 25 cm di diametro), ben imburrato e infarinato, e infornate a 160 °C per circa un'ora. Trascorso il tempo di cottura, sfornate il dolce, capovolgetelo per sformarlo e poi lasciatelo raffreddare.
• **Spolverizzate** con lo zucchero a velo e servite accompagnando il dolce con la crema di castagne messa in una ciotolina a parte.

Accompagnate con...
Crema di castagne

Raccogliete **250 g di castagne già lessate, 200 ml di acqua** e **200 g di zucchero** in un pentolino; mettete sul fuoco e fate cuocere finché le castagne non saranno ben sciroppate. Unite, a piacere, **1 fialetta di essenza di vaniglia** e frullate aggiungendo poco alla volta il **latte** necessario a ottenere una crema liscia. Se necessario, setacciate la crema per eliminare eventuali grumi.

il Calendario di FACILE CUCINA

venerdì 6 marzo	sabato 7 marzo	domenica 8 marzo	lunedì 9 marzo	martedì 10 marzo
LA FRUTTA DEL MESE Arance, banane, limoni, mandarini, pompelmi.	**LA VERDURA DEL MESE** Asparagi, carciofi, carote, cavolfiore, cicoria, finocchi, radicchi, rape.	**IL PESCE DEL MESE** Alici, sogliole, seppia, tonno rosso, vongola verace.		
mercoledì 11 marzo	giovedì 12 marzo **ASPARAGI** ipocalorici e diuretici, combattono i radicali liberi. **RICCHI DI:** potassio, fosforo, calcio, acido folico.	venerdì 13 marzo	sabato 14 marzo • 14-17 marzo **Mountain gourmet ski experience** Courmayeur www.courmayeurmontblanc.it/it/mountain-gourmet-ski-experience	domenica 15 marzo
lunedì 16 marzo	martedì 17 marzo	mercoledì 18 marzo • 18-19 marzo **Tavole di San Giuseppe** Minervino di Lecce www.comune.minervino.le.it	giovedì 19 marzo	venerdì 20 marzo • 20-22 marzo **Salone degli oli extravergini tipici e di qualità** Trieste (vedi pag. 110)
sabato 21 marzo	domenica 22 marzo • 6-22 marzo **Beef&Snow** Oberggen e Carezza (vedi pag. 110)	lunedì 23 marzo	martedì 24 marzo	mercoledì 25 marzo
giovedì 26 marzo • 22-27 marzo **A Tavola con la Fata delle Dolomiti** Moena Val di Fassa (Tn) www.fassa.com	venerdì 27 marzo	sabato 28 marzo • 28-29 marzo **Vinifera 2020** Trento www.viniferaforum.it	domenica 29 marzo	lunedì 30 marzo
martedì 31 marzo	mercoledì 1 aprile **Primavera del prosecco superiore** 16 appuntamenti enoturistici da marzo a giugno www.primaveradelprosecco.it	giovedì 2 aprile	venerdì 3 aprile	sabato 4 aprile

L'agenda di Facile

Appuntamenti, degustazioni, novità, eventi

SAGRA DELLA SEPPIA ▲

Donnalucata, frazione del comune di Scicli (Rg) resa celebre dalla serie televisiva *Il Commissario Montalbano*, il **13, 14 e 15 marzo** si trasforma in un tripudio di sapori, con l'apertura di numerosi stand gastronomici e degustazioni di piatti a base di seppia.

www.comune.scicli.rg.it

IL PANE DI SAN GIUSEPPE

Ogni anno a **San Martino sulla Marrucina**, borgo in provincia di Chieti, è tradizione festeggiare San Giuseppe (**18-19 marzo**) preparando piccoli pani profumati all'anice che verranno distribuiti in tutte le case insieme a del vino rosso benedetto.

www.sanmartinosm.it

GELATO DAY ▼

A **Val di Zoldo**, nel cuore delle Dolomiti Bellunesi da dove, si dice, siano partiti oltre un secolo fa i primi maestri gelatai a cercare

fortuna nel resto del mondo, si celebra il **24 marzo**, con eventi dedicati, la *Giornata europea del gelato artigianale*.

www.valdizoldo.net

BEEF&SNOW ▼

Dal 6 al 22 marzo appuntamento dedicato agli sciatori buongustai. Nei rifugi di **Obereggen** e **Carezza**, e nei ristoranti aderenti, sarà infatti possibile degustare, "fuori pista", il rinomato manzo delle Dolomiti.

eggental.com/it

OLIO CAPITALE ▼

A **Trieste**, nella splendida cornice della Stazione Marittima, **dal 20 al 22 marzo** il *Salone degli oli extravergini tipici e di qualità* ospiterà oltre 200 produttori di olio provenienti da tutto il territorio nazionale.

www.oliocapitale.it

ENOTOUR ▼

La Montina, storica cantina della **Franciacorta**, a partire dal mese di marzo accoglie tutti i *wine lovers* con visite guidate e un fitto calendario di degustazioni di vini e prodotti tipici del territorio.

Info e prenotazioni: tel. 030 653278, ww.lamontina.it - info@lamontina.it Via Baiana, 17 - Monticelli Brusati (Bs)

RIVOLUZIONE IN CUCINA ▼

Tutto da seguire il nuovo blog **chefoodrevolution.com**, creato da Ayça Basak Bartu, ingegnere alimentare con specializzazione HACCP, all'insegna di un'alimentazione sana, sostenibile ed economica. *Cheap-Healthy-Ethical* sono le parole d'ordine sulle quali si basano le ricette che Basak pubblica quotidianamente, insieme a informazioni nutrizionali, aggiornamenti interessanti su alimentazione e consumi, ma anche trucchi e consigli di sapiente economia domestica. Piatti semplici e squisiti, per dimostrare che comprare e cucinare cibi sani, gustosi ed eticamente sostenibili senza spendere una fortuna si può!

I MAGNIFICI 7

Il **basilico di Pra'**, con foglie medio-piccole e aroma inconfondibile, è considerato uno dei migliori per la preparazione del pesto genovese certificato dall'omonimo Consorzio. La storica Azienda Agricola Serre sul Mare, che lo coltiva da oltre due secoli, dal 2003 lo impiega per il suo rinomato **pesto artigianale**. La produzione avviene secondo i dettami della ricetta tradizionale ligure e prevede solo i 7 ingredienti contemplati dal disciplinare del Consorzio, di cui il Pesto di Pra' fa parte: Basilico Genovese dop, Parmigiano Reggiano dop, sale, Pecorino Romano Dop, olio extravergine di oliva, pinoli italiani, e aglio.

www.ilpestodipra.com/prodotti/

FORMAZIONE MADE IN SALENTO

Giovani cuochi, maître, sommelier, ristoratori, hospitality manager: destinato alle giovani leve del futuro la 3ª edizione di *FoodExp 2020*, la manifestazione enogastronomica che si terrà a **Lecce**, **dal 30 marzo al 1° aprile**, nel suggestivo Chiostro dei Domenicani. Un'occasione formativa specializzata, di aggiornamento, di incontro e di confronto con chef stellati, specialisti del settore, grandi nomi della ristorazione e dell'hotellerie di fama internazionale, per i giovani avviati a queste professioni. Un momento di crescita unico, durante il quale acquisire strumenti e tecniche che faciliteranno l'ingresso nel mondo del lavoro.

Chiostro dei Domenicani,
Via S. Pietro in Lama 27, Lecce
tel. 348 2712176; foodexp.it

LA REGINA DELLE PIZZE AL PUB

Voglia di una pizza gourmet ad alta digeribilità? Si può gustare al **Queen Makeda Grand Pub**, frequentatissimo

locale romano già noto per la straordinaria selezione di birre e la proposta fusion di cibo. La *pizza di Levyta* è fatta di trebbie di birra, che conferiscono particolare aroma, leggerezza e croccantezza all'impasto, poi farcito con ingredienti di alta qualità.

www.queenmakeda.it

ALICE

IL CANALE (221 DTT) DELLE MERAVIGLIE.
Ricette, tecniche di cucina, scuole di pasticceria e tante idee per la tavola di tutti i giorni e per le occasioni speciali

FISH DYNASTY

VITA DI PESCHERIA

Torna il food-reality che racconta la vita in una pescheria romana: dall'arrivo del pesce al servizio ai clienti, dai criteri di scelta alla lavorazione, alle possibili ricettazioni, proposte in trattoria. Protagonisti della dynasty: Michele, Patrizia, Alfonso e Carlo.

• **Fish dynasty, tutti i giorni a 00,30**

CUOCHI E DINTORNI

I PROTAGONISTI DELLA RISTORAZIONE

È il programma per cuochi, pasticcieri, panificatori, pizzaioli, ma anche per nuovi mestieri del fare cucina. Per candidarsi, scrivere a cuochi@alice.it

• **Cuochi e Dintorni, tutti i giorni alle 17.25**

IL PIATTO FORTE

A CIASCUNO IL SUO

Valentina Scarnecchia visita ristoranti e trattorie e fa loro cucinare in tempo reale il "piatto forte" della casa. A ciascuno… il proprio grande classico della cucina locale di tradizione.

• **Il Piatto Forte, tutti i giorni alle 19,45**

L'ACCADEMIA DI ALICE

ALTA CUCINA A PORTATA DI FORNELLO

5 tra i migliori top-chef d'Italia, con i loro piatti iconici e ricette di tradizione reinterpretate, sono i protagonisti del nuovo programma **L'Accademia di Alice**: mezz'ora in compagnia di un grande maestro, che prepara in tempo reale una delle sue ricette iconiche, ma anche i piatti della tradizione, e svela i segreti della cucina professionale. Da Iside De Cesare a Luigi Pomata, da Luca Marchini ad Andrea Ribaldone, fino al giovane Antonio Paolino, un pokerissimo di numeri uno. Conduce Michela Coppa.

• **L'Accademia di Alice, tutti i giorni alle 20.55**

Gabriele Cordaro
e Valentina Arrigo

Primi GOURMET *in* DISPENSA

Tre primi facilissimi da realizzare e confezionati, rigorosamente, con le eccellenze gastronomiche italiane? Con la "Dispensa di Alice" si può! Basta seguire i consigli dello chef Gabriele Cordaro e ordinare i prodotti online su **dispensadialice.it**.

LE BUONE DI NOJÀ. Tagliatelle di farro. 500 g.

ROMINELLA. Conserva di pomodorino del Piennolo. 250 g.

I SUGHETTI DI SANREMO. Salsa di noci. 156 g. **Bioalimenta**

ORDINALI ONLINE SU DISPENSADIALICE.IT

Tagliatelle di farro con crema di cavoletti mele annurche e speck

Ingredienti per 4 persone
400 g di **tagliatelle di farro**
200 g di **cavoletti di Bruxelles**
2 **mele annurche** • 50 g di **speck in un'unica fetta** • **olio extravergine di oliva** • **sale**

Preparazione
• **Mondate** i cavoletti e lessateli in acqua bollente e leggermente salata per circa 20 minuti. Scolate i cavoletti e tenete da parte l'acqua di cottura.
• **Raccogliete** i cavoletti nel bicchiere di un mixer, unite un goccio di acqua di cottura e un filo di olio, e frullate per bene fino a ottenere una crema omogenea. • **Fate rosolare** lo speck, tagliato a listerelle, in una padella con un filo di olio. • **Aggiungete** le mele, sbucciate e tagliate a dadini, e fatele cuocere per qualche minuto fino a quando saranno tenere, ma croccanti. • **Prelevate** un po' di mele e speck (per la guarnizione finale) e versate la crema di cavoletti nella padella. • **Lessate** le tagliatelle nella stessa acqua di cottura dei cavoletti. • **Scolate** la pasta, versatela direttamente nella padella con il condimento e mantecate aggiungendo, se necessario, un goccino di acqua. • **Guarnite** con le mele e lo speck tenuti da parte, e servite.

Il prodotto
Tagliatelle di farro.

Il prodotto
Conserva di pomodorino.

Penne all'arrabbiata con stracciatella e salsa al prezzemolo

Ingredienti per 4 persone
400 g di **penne rigate**
250 g di **conserva di pomodoro del Piennolo** • 1 **peperoncino fresco**
1 spicchio di **aglio** • 1 mazzo di **prezzemolo** • 200 g di **stracciatella**
olio extravergine di oliva • **sale**

Preparazione
• **Scaldate** un filo generoso di olio in una padella con lo spicchio di aglio schiacciato. • **Unite** la conserva di pomodoro e il peperoncino a pezzetti, e fate restringere a fiamma bassa, mescolando di tanto in tanto. Spegnete e tenete da parte. • **Preparate** la salsa al prezzemolo. Lavate il prezzemolo, asciugatelo per bene e raccoglietelo in un mixer con 2 cucchiai di olio e un goccio di acqua. • **Frullate** per bene fino a ottenere una consistenza cremosa. Lessate la pasta in abbondante acqua bollente e leggermente salata. • **Scolatela** al dente e versatela direttamente nella padella con la salsa di pomodoro. Portate a cottura sul fuoco, mescolando spesso. Spegnete, impiattate, guarnite con la stracciatella e la salsa al prezzemolo, e servite.

Gnocchetti ▾ con crema di noci e polvere di caffè

Ingredienti per 4 persone
Per gli gnocchetti: 1 kg di **patate**
200 g di **semola** • 100 g di **farina** • 1 **tuorlo**
Per il condimento: 200 g di **crema di noci**
5 g di **caffè in polvere** • 250 g di **zucca**
olio extravergine di oliva • **sale**

Procedimento
• **Lavate** le patate, trasferitele in una casseruola e coprite con acqua fredda. Mettete sul fuoco e lessatele per 40 minuti a partire dal bollore. Scolatele, sbucciatele e passatele a uno schiacciapatate.
• **Raccogliete** la purea ottenuta in una ciotola con il tuorlo e le farine, e amalgamate bene fino a ottenere un composto omogeneo.
• **Dividete** l'impasto in pezzi e realizzate, su una spianatoia, tanti filoncini di impasto. Tagliateli con un coltello e ricavate tanti gnocchetti da circa 2 cm. • **Mondate** la zucca, tagliate la polpa a cubetti e fateli saltare in padella con un filo di olio fino a quando diventeranno teneri. • **Lessate** gli gnocchi in abbondante acqua bollente, leggermente salata, scolateli e fateli saltare nella padella con il condimento. • **Mantecate** con la crema di noci, spolverizzate con la polvere di caffè e servite.

Il prodotto
Crema di noci

combo Menu

FESTE IN FORMA

TRADIZIONE E FANTASIA

I CUGINI DI CAMPAGNA

CON I TUOI... O CON CHI VUOI!

CUORE SENZA SPINE

PESCE&CO(LOMBA)

CUOCHI e DINTORNI

Negli studi di Alice, professionisti del settore si destreggiano ai fornelli e preparano in tv un bis di primi… da applausi!

Cuochi e dintorni
Dal lunedì al venerdì alle 17.25

Tonnarelli alici ▲ finocchietto e pecorino

Chef Valentino Scerpa

Ingredienti per 4 persone
550 g di **tonnarelli freschi** • 200 g di **alici fresche sfilettate** • 50 g di **pecorino romano grattugiato** • 2 fette di **pane raffermo**
1 **limone non trattato** • 2 spicchi di **aglio**
5 g di **semi di finocchio** • 2 rametti di **finocchietto selvatico** (o di **aneto**)
olio extravergine di oliva • **sale**

Preparazione
• **Fate tostare** le fette di pane in forno a 180 ° C circa 10 minuti. • **Sfornate** il pane, tagliatelo a cubetti e tritatelo in un mixer da cucina con i semi di finocchio e la scorza grattugiata del limone. • **Scaldate** un filo di olio in una padella con l'aglio schiacciato: eliminate l'aglio, aggiungete le alici a pezzetti e fatele stemperare su fuoco dolce per un paio di minuti. Spegnete, regolate di sale e tenete da parte. • **Lessate** la pasta in abbondante acqua bollente e leggermente salata. Scolatela al dente e versatela nella padella con il condimento. • **Mantecate** con il pecorino, impiattate e completate con le briciole di pane tostate. Guarnite con un rametto di finocchietto, e servite.

• **UGO AL VILLAGGIO**
Chef Valentino Scerpa
Via Litoranea 547, Lido di Ostia (Rm)
tel. 06 91908178
www.marinevillage.it

Gioco di amatriciana

Chef Diego Pongetti

Ingredienti per 4 persone
200 g di **mezze maniche**
500 g di **guanciale** • 500 ml di **panna fresca**
200 g di **pecorino romano** • 1 kg di **datterini**
50 g di **parmigiano grattugiato** • 50 ml di **vino bianco secco** • **olio extravergine di oliva**
sale e pepe• 100 g di **farina di riso** • **olio di semi di girasole** • 100 ml di **acqua frizzante**
germogli

Preparazione
• **Tagliate** il guanciale a listerelle e fatelo rosolare in una padella con un filo di olio. Prelevate metà guanciale, sfumate il restante con il vino e fate cuocere fino a quando sarà croccante. Spegnete e frullate il guanciale in un mixer. • **Aggiungete** i pomodori, tagliati a metà, unite un goccio di acqua e fate cuocere per un'ora su fiamma bassa fino a ottenere una salsa densa. Al termine, salate, pepate, frullate la salsa e filtratela con un colino a maglie strette. • **Lessate** la pasta in acqua bollente e salata, scolatela e passatela sotto un getto di acqua tiepida. Versate la panna in un pentolino con il pecorino, il parmigiano e un pizzico di pepe; mettete sul fuoco e fate cuocere dolcemente, mescolando, fino ad addensamento.
• **Frullate** e passate tutto al setaccio. Preparate una pastella con la farina di riso e l'acqua frizzante ben fredda.
• **Passate** la pasta nella pastella, friggetela in olio di semi bollente e scolatela su carta assorbente da cucina. Disponete la salsa di datterini sul fondo di un piatto.
• **Sistemate** sopra la pasta croccante e, con l'aiuto di un sifone, guarnite con la spuma al pecorino. • **Ultimate** con il guanciale e i germogli, e servite.

• **CASA SAVOIA**
Chef Diego Pongetti
Via Savoia 68, Roma
tel. 06 8557736 - www.facebook.com/RistoranteCasaSavoia/

PER PARTECIPARE

Sei un **cuoco**, **pizzaiolo**, **panettiere**, **pasticciere**? **Cuochi e dintorni** ti aspetta! Per partecipare al programma ed essere pubblicati sulla rivista, inviateci le vostre **ricette facili** collegandovi al link **www.alice.tv/cuochiedintorni** oppure scrivete a **cuochi@alice.tv** o telefonate al numero **06 89676028**

Ricalcoliamo per te la spesa
per 4 o 6 persone
e realizzi i tuoi menu con meno di…

FRITTI E CONTENTI - per 4 persone — 12 EURO

COTTA E RICOTTA - per 4 persone — 18 EURO

BYE BYE INVERNO - per 6 persone — 20 EURO

TUTTO N(UOVO) - per 6 persone — 25 EURO

CASA ALICE

IN TV CANALE ALICE 221 DTT

Ospiti di Franca Rizzi, Massimo Piccheri e Barbara Ciorba, preparano in tv piatti succulenti e golosi

Filetto di cinta senese alla paprica con puntarelle e alici

Ingredienti per 4 persone
800 g di **filetto di cinta senese**
2 **filetti di alici sott'olio** • 1 spicchio di **aglio**
1 **limone** • 1 **arancia** • 200 g di **puntarelle**
1 cucchiaio di **aceto di lamponi**
1 cucchiaio di **paprica affumicata** • **olio extravergine di oliva** • **sale e pepe**

• Massimo Piccheri

Preparazione
• **Scolate** le alici, fatele a pezzetti e raccoglietele in una boule con l'aglio schiacciato e un filo di olio. Bagnate con il succo del limone e l'aceto di lamponi, regolate di sale ed emulsionate fino a ottenere una consistenza cremosa.
• **Mondate** le puntarelle, sciacquatele, asciugatele per bene e raccoglietele nella ciotola con l'emulsione preparata. Mescolate con cura e lasciate insaporire in frigo per una mezz'ora. • **Fate scaldare** un filo di olio in una padella antiaderente, disponete il filetto e fatelo rosolare bene da tutti i lati, facendolo sigillare e girandolo di tanto in tanto. • **Bagnate** a questo punto con il succo dell'arancia e lasciate sfumare. Regolate di sale e di pepe, spegnete, trasferite su una teglia con carta forno e fate cuocere in forno a 180 °C per circa 6 minuti. • **Sfornate** il filetto e scaloppatelo. Distribuite le puntarelle sui piatti individuali. • **Completate** con una spolverizzata generosa di paprica affumicata e servite.

Torta ricotta e pere senza lattosio

Ingredienti per 6-8 persone
280 g di **farina** • 150 g di **burro senza lattosio** • 20 g di **cacao amaro**
100 g di **zucchero** • 1/2 bustina di **lievito per dolci** • 2 **uova**
Per il ripieno: 250 g di **ricotta senza lattosio** • 1 **uovo**
60 g di **zucchero** • **vaniglia in polvere** • 200 g di **crema di marroni**
gocce di cioccolato fondente
2 **pere già sbucciate** (più 1 per la guarnizione) • 1 cucchiaio di **cannella in polvere** • **zucchero a velo**

• Barbara Ciorba

Preparazione
• **Per l'impasto**: montate in una ciotola il burro con lo zucchero e le uova. Unite la farina, miscelata con il lievito e il cacao, e impastate fino a ottenere un composto liscio e omogeneo. Formate una palla, coprite con pellicola trasparente e lasciate riposare in frigo per 1 ora. • **Per il ripieno**: lavorate la ricotta con lo zucchero, l'uovo e un pizzico di vaniglia, e trasferite in frigo. Trascorso il tempo di riposo, foderate una tortiera da 20 cm di diametro con carta forno. • **Sbriciolate** 2/3 dell'impasto e con questo ricoprite il fondo e i bordi della tortiera. • **Farcite** con uno strato di crema di marroni, proseguite con uno strato di pere, tagliate a fettine non troppo sottili, profumate con la cannella e terminate con la crema di ricotta e 25 g di gocce di cioccolato. Coprite con l'impasto restante, sbriciolato, e infornate a 180 °C per circa 45 minuti. Sfornate e lasciate raffreddare. Sformate, guarnite con la pera rimanente a fettine e qualche goccia di cioccolato. Spolverizzate con lo zucchero a velo e servite.

Appassionati di cucina, cuochi per diletto, food blogger... Volete preparare, insieme a **Franca Rizzi**, ricette facili in tv? Per partecipare alle nuove puntate di **Casa Alice** ed essere pubblicati sulla rivista scrivete a: **casa@alice.tv** oppure telefonate al numero **06 89676059**

ALICE TV

Oroscopo marzo

di Susy Grossi
(Susygrossi@gmail.com)

ARIETE

21 marzo - 20 aprile

La situazione generale è come piace a voi: lo spirito battagliero è allertato, e sarà al vostro fianco!

Amore: è la palestra nella quale applicarsi per far capire quali siano le vostre intenzioni!

Lavoro: lo spirito d'iniziativa ha slancio, ma non precipitate i tempi realizzativi.

Pasteggiate con: ***costolette di agnello panate*** (pag. 73)

TORO

21 aprile-20 maggio

La fase attuale è positiva anche grazie agli intensi legami di Urano con Venere e Marte.

Amore: spunti passionali ma anche dolcissimi: sono favoriti i colpi di fulmine!

Lavoro: le iniziative sono prese d'impulso, ma agevolate dalla Dea Bendata.

Pasteggiate con: ***ravioli dolci della nonna*** (pag. 23)

GEMELLI

21 maggio-21 giugno

Per realizzare le cose che avete in mente vi manca un pizzico di pazienza.

Amore: stabilire legami appaganti con chi amate è l'asso nella manica del mese.

Lavoro: prima di parlare apertamente di un disegno, è bene verificarne la fattibilità e i costi.

Pasteggiate con: ***torta di paccheri ai carciofi croccanti*** (pag. 12)

CANCRO

22 giugno-22 luglio

Le alleanze celesti sono numerose: tali da farvi superare qualche intoppo.

Amore: vi piacerà mettere nei sentimenti un pizzico di scanzonato valore ludico.

Lavoro: eventuali antagonisti dovranno cedere le armi davanti alla vostra linea chiara, semplice e sostenibile.

Pasteggiate con: ***coniglio all'ischitana in bianco*** (pag. 80)

LEONE

23 luglio-22 agosto

Individuati i settori in cui la vostra competenza ha parecchio da dire, lanciatevi per ottenervi vittorie.

Amore: con chi amate formate un team solido e molto lungimirante. Complimenti!

Lavoro: evitate distrazioni, serve una concentrazione ferrea.

Pasteggiate con: ***straccetti di vitello ai carciofi*** (pag. 48)

VERGINE

23 agosto-22 settembre

In questo periodo l'energia dovrebbe essere usata con criterio e senza sprechi.

Amore: l'intesa a due torna ad essere travolgente, fonte di gratificazioni bellissime.

Lavoro: le proposte della vostra inventiva sono brillanti, redditizie e solide, ma implicano parecchio impegno.

Pasteggiate con: ***minipasqualine asparagi e salmone*** (pag. 9)

BILANCIA

23 settembre-23 ottobre

Seguirete le indicazioni del gruppo familiare, ma non senza polemica…

Amore: vi tenta approfondire la conoscenza con una persona che frequentate professionalmente.

Lavoro: le azioni innovative sono state bene impostate. Occorre attendere che evolvano.

Pasteggiate con: ***diplomatico alla ricotta e cioccolato*** (pag. 16)

SCORPIONE

24 ottobre-21 novembre

Le stelle vi fanno più romantici e affettuosi di sempre, capaci di legami che includano corpo e mente.

Amore: l'identità di vedute sono alla base di un affiatamento meraviglioso.

Lavoro: occhio a chi vede i vostri successi con un pizzico di sana invidia!

Pasteggiate con: ***fior di pane con salmone e stracchino*** (pag. 50)

SAGITTARIO

22 novembre-21 dicembre

Forse troverete la soluzione giusta per problemi legati ai beni al sole…

Amore: chi vi ama vorrebbe più attenzioni e più tempo per voi due. Non ha torto…

Lavoro: le questioni finanziarie sono in primo piano e potreste dare ai fatti una sterzata positivissima.

Pasteggiate con: ***arancini di uova allo zafferano*** (pag. 41)

CAPRICORNO

22 dicembre-21 gennaio

Vigore, oculatezza e l'amore per il rischio daranno risultati splendidi!

Amore: Venere positiva e Urano suo complice comportano anche slanci passionali e affettuosi.

Lavoro: nella scalata alle cose che v'intrigano non dovreste procedere da soli.

Pasteggiate con: ***fettuccine al ragù della nonna*** (pag. 33)

ACQUARIO

22 gennaio-19 febbraio

Dare un'immagine di voi più disponibile si rivelerà d'importanza basilare.

Amore: la vicinanza di Venere con il vostro pianeta, Urano, rende la vita amorosa stuzzicante, brillante e coinvolgente!

Lavoro: intensificate bene le relazioni pubbliche all'interno del mondo lavorativo.

Pasteggiate con: ***sartù al parmigiano con polpettine di maiale*** (pag. 29)

PESCI

20 febbraio-20 marzo

Considerate l'attuale e il prossimo futuro come una fase di creatività intensa e di una lucidità mai così produttiva.

Amore: sarete capaci di intendervi alla perfezione solo con un battito di ciglia.

Lavoro: cambiare qualcosa nell'approccio professionale e ampliare gli orizzonti delle ambizioni, adesso, è oltremodo facile.

Pasteggiate con: ***bignè al caffè*** (pag. 92)

Indice tematico delle ricette

ANTIPASTI E SFIZI

PRIMI

SECONDI, CONTORNI E PIATTI UNICI

PANE, PIZZE & CO.

SALSE

DESSERT

Nel prossimo numero in edicola
FACILE CUCINA
FACILE ISSIMA CUCINA
Paste al forno
Picnic
di primavera
In più l'inserto
da staccare
e conservare!
Quiche agli agretti e salmone